



Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Sosyoloji Anabilim Dalı

GENÇLERDE ZAYIFLAMA DAVRANIŞININ AİLE YAŞAM MEMNUNİYETİ AÇISINDAN İNCELENMESİ

Çiğdem Sema SIRMA

Doktora Tezi

Ankara, 2018

GENÇLERDE ZAYIFLAMA DAVRANIŞININ AİLE YAŞAM MEMNUNİYETİ AÇISINDAN İNCELENMESİ

Çiğdem Sema SİRMA

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

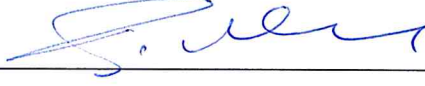
Sosyoloji Anabilim Dalı

Doktora Tezi

Ankara, 2018

KABUL VE ONAY

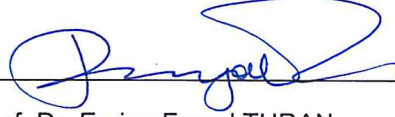
Çiğdem Sema SİRMA tarafından hazırlanan "Gençlerde Zayıflama Davranışının Aile Yaşam Memnuniyeti Açısından İncelenmesi" başlıklı bu çalışma, 19.01.2018 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Doktora Tezi olarak kabul edilmiştir.



Prof. Dr. M. Demet ULUSOY (Başkan)



Prof. Dr. Esra BURCU SAĞLAM (Danışman)



Prof. Dr. Emine Feryal TURAN



Prof. Dr. Serdar SAĞLAM



Doç. Dr. Aslıhan ÖĞÜN BOYACIOĞLU

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Musa Yaşar SAĞLAM

Enstitü Müdürü

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin kâğıt ve elektronik kopyalarının Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- ☐ Tezimin/ Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.
- ☐ Tezim/Raporum sadece Hacettepe Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.
- ☒ Tezimin/Raporumun 3 yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

19.01.2018



Çiğdem Sema SIRMA

YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI

Enstitü tarafından onaylanan lisansüstü tezimin/raporumun tamamını veya herhangi bir kısmını, basılı (kâğıt) ve elektronik formatta arşivleme ve aşağıda verilen koşullarla kullanıma açma iznini Hacettepe Üniversitesine verdiğimi bildiririm. Bu izinle Üniversiteye verilen kullanım hakları dışındaki tüm fikri mülkiyet haklarım bende kalacak, tezimin tamamının ya da bir bölümünün gelecekteki çalışmalarda (makale, kitap, lisans ve patent vb.) kullanım hakları bana ait olacaktır.

Tezin kendi orijinal çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Tezimde yer alan telif hakkı bulunan ve sahiplerinden yazılı izin alınarak kullanılması zorunlu metinlerin yazılı izin alınarak kullandığımı ve istenildiğinde suretlerini Üniversiteye teslim etmeyi taahhüt ederim.

- **Tezimin/Raporumun tamamı dünya çapında erişime açılabilir ve bir kısmı veya tamamının fotokopisi alınabilir.**

(Bu seçenekle teziniz arama motorlarında indekslenebilecek, daha sonra tezinizin erişim statüsünün değiştirilmesini talep etseniz ve kütüphane bu talebinizi yerine getirse bile, teziniz arama motorlarının önbelleklerinde kalmaya devam edebilecektir)

- **Tezimin/Raporumun 19.01.2021 tarihine kadar erişime açılmasını ve fotokopi alınmasını (İç Kapak, Özet, İçindekiler ve Kaynakça hariç) istemiyorum.**

(Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir, kaynak gösterilmek şartıyla bir kısmı veya tamamının fotokopisi alınabilir)

- **Tezimin/Raporumun tarihine kadar erişime açılmasını istemiyorum ancak kaynak gösterilmek şartıyla bir kısmı veya tamamının fotokopisinin alınmasını onaylıyorum.**

- **Serbest Seçenek/Yazarın Seçimi**



19.01.2018

Çiğdem Sema SİRMA

ETİK BEYAN

Bu çalışmadaki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, görsel, işitsel ve yazılı tüm bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, kullandığım verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı, yararlandığım kaynaklara bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu, tezimin kaynak gösterilen durumlar dışında zgn olduğunu, Prof. Dr. Esra BURCU SAğLAM danışmanlığında tarafımdan üretildiğini ve Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Yönergesine göre yazıldığını beyan ederim.



Çiğdem Sema SİRMA



Can suyum kızım Nil'e.....

TEŞEKKÜR

Değerli hocam Prof. Dr. Esra BURCU SAĞLAM, inanın size nasıl teşekkür edeceğimi bilemiyorum. Öncelikle lisans eğitimimden itibaren benim yanımda olduğunuz ve akademik hayata başlamamda verdiğiniz destek için teşekkür ederim. Sizinle tamamladığım yüksek lisans eğitimimden sonra başladığım doktora eğitimimde de beni öğrenciniz olarak kabul ettiğiniz, Amerika'da olduğum günlerde bile hep yanımda olduğunuz, verdiğiniz destek ve moral için teşekkürler. Tezimin ilk oluşum aşamasından basım aşamasına kadar cümle cümle, kelime kelime okumalarınız ve tezimin her harfindeki emeğiniz için sizin öğrenciniz olmanın mutluluğuyla size teşekkür ederim. Akademik desteğinizin dışında; her sorunumu dinlediğiniz, her soruma cevap verdiğiniz, yorgun ve hasta da olsanız iş dışında da ayırdığınız zamanlar için size teşekkür ederim.

Değerli yorumlarıyla tezimin şekillenmesinde ve tezimin son halini almasında başta tez izleme komitemde olan Prof. Dr. Serdar SAĞLAM ve Doç. Dr. Aslıhan ÖĞÜN BOYACIOĞ'lu ve eleştirileriyle tezime katkı sağlayan değerli jüri üyelerim Prof. Dr. Demet ULUSOY ve Prof. Dr. Emine Feryal TURAN'a teşekkür ederim.

Sorun çözücü yapısıyla hepimizin hocası konumunda olan ve kapısı her zaman hepimize açık olan Prof. Dr. Musa Yaşar SAĞLAM'a teşekkür ederim.

Araştırmamın yurt dışı aşamasında öncelikle benimle birlikte çalışmayı kabul ettiği için Profesör Todd Migliaccio'ya teşekkür ederim. Ayrıca akademik olarak bana ayırdığı saatler, yorumlar ve dinleyici olarak kabul ettiği dersler için teşekkürler. Günlük yaşamımda karşılaştığım sorunlara, sıcaklığı ve samimiyetiyle yaklaşarak yurtdışında yaşamı benim için kolaylaştırıcı hale getiren Hope Migliaccio'ya da ayrıca teşekkür ederim.

California State University, Sacramento'ya gitmek istediğim andan itibaren başlayan bürokratik süreçte ve bölümde kaldığım süre içerisinde benden yardımlarını esirgemeyen bölüm başkanı Profesör Bohsiu Wu'ya teşekkür ederim.

Hayatıma girdiği günden itibaren beni mucizelerin varlığına inandıran adam, değerli eşim Musa Umut SİRMA... Sana ne kadar teşekkür etsem o kadar az. Birlikte çıktığımız yolda bana olan inancını hep koruduğun, beni hep teşvik ettiğin, işini bırakıp benimle Amerika'ya kadar gelişin, yoğun günlerimde kızımızla ilgilenmen ve bunların hepsini gülümseyerek yapmanla... İyi ki varsın, iyi ki hayatımdasın.

Literatür taramamı geçirdiğim uzun kütüphane saatlerinde öncelikle bana karnımda eşlik eden sonrasında da anne tezin ne zaman bitecek diye sorarak bana güç veren kızım Nil'e; huzurlu ve mutlu bir ailede yetişebilmen, huzurlu bir insan olman ve gözlerindeki ışığı hiç kaybetmemen dileğiyle... Hayatımıza kattığın güzellikler için teşekkürler.

Anne olmak üzereyken ilk yanımda olmasını istediğim kişi annem. Sayende anneliğin bir ömür boyu sürdüğünü anlıyorum. Hayatımın tüm alanlarında varlığıyla bana güç veren annem Şükran AYDOĞDU'ya teşekkür ederim.

Beni düşündüğünü hep hissettiğim biricik kardeşim Abdullah POLAT ve hayatımıza girdiği günden itibaren bana kız kardeş olan Elif POLAT'la birlikte aramıza yeni katılan sevgili Tuna'ya hoşgeldin diyerek bana olan destekleri için teşekkür ederim.

Eşimle birlikte hayatıma dahil olan, bana gösterdikleri anlayış ve içten sevgi için başta kayınvalidem Şerife SİRMA, ablam Özlem SİRMA'yla birlikte, abim Koray SİRMA ve biricik kızı Irmak'a teşekkür ederim.

Anaokuluyla başlayan eğitim hayatımda maddi ve manevi olarak hep yanımda olan başta büyükbabam Abdullah AYDOĞDU olmak üzere, benim canım

anneannem Kezban AYDOĞDU, sevgili teyzem Zümre AYDOĞDU ve dayım Erkan AYDOĞDU'yla, birlikte dayım Mustafa AYDOĞDU'ya teşekkür ederim.

Tez yazım sürecimdeki stresimi ve yoğunluğumu gün gün benimle birlikte yaşayarak bana moral veren, beni destekleyen, kendisiyle çalışmaktan çok mutlu olduğum ve çok ama çok başarılı olmasını dilediğim oda arkadaşım Araş. Gör. Selen KOÇAK'a teşekkür ederim.

Akademik anlamda birlikte çalışmaktan büyük bir mutluluk yaşamakla birlikte dinginlik ve sakinliğiyle bana da dinginlik öğütleyen Yard. Doç. Dr. Levent TAŞ'a teşekkür ederim.

Tezimin son şeklini almasında hiç üşenmeden kontrollerini yapan, kendisini tanımaktan büyük bir mutluluk duyduğum Araş. Gör. Özgül SEZER'e bana olan yardımları için teşekkür ederim.

Varlığıyla bile tüm sorunların çözüleceği inancını oluşturan, sevinçlerimizi ve üzüntülerimizi paylaşan Gökçe GÜLSOY ve eşi Xiao GUO GÜLSOY'a özellikle Sacramento'da bulunduğumuz süre içinde verdikleri destek için teşekkür ederim.

Son olarak katılımcılarıma içtenlikle verdikleri cevaplar için teşekkür ederim.

ÖZET

SIRMA, Çiğdem Sema. *Gençlerde Zayıflama Davranışının Aile Yaşam Memnuniyeti Açısından İncelenmesi*, Doktora Tezi, Ankara, 2018.

Bireylerin bedenlerine ilişkin değerlendirmelerinde, yaşadıkları dönem ve dönemsel koşulların belirleyiciliğiyle birlikte bireylerin yaşamsal dönemlerine bağlı olarak birçok bedensel değişim yaşanmaktadır. Diğer bir ifadeyle gençlik dönemi bedensel farkındalığın ve değişimin yoğun olarak yaşandığı bir dönem olma özelliğindedir. Bunun yanı sıra gençlik dönemi hem bireyin kendi tercihlerinin önem kazandığı hem de kendisinin toplumsal beklentileri yakalamaya çalıştığı bir dönemdir. Toplum tarafından gençlere bedensel görünümüne ilişkin çeşitli kanallardan mesajlar gönderilmekte ve gençler de ideal olarak kendilerine sunulan bedene ulaşmak için çaba sarfetmektedirler. Günümüzde ideal olarak gençlere sunulan beden ise 'ince', 'zayıf' bedendir.

Aile yaşam memnuniyeti gencin nasıl bir bedene sahip olması gerektiğine ve özellikle zayıflama davranışlarına yönelmesinde önemli bir rol oynar. Gencin sosyalizasyon sürecini yaşadığı ailesindeki yaşam memnuniyeti, onun beslenme ve barınma gibi temel ihtiyaçlarını karşılamasından aile içi ilişkilerde doyuma ulaşmasına kadar çok boyutludur. Araştırmada gençlerin zayıflama davranışlarında aile yaşam memnuniyetlerinin öznel yönünü oluşturan; aile bütünlüğü, gencin aile içi ilişkileri (ebeveynler arası ilişkiler, ebeveyn-genç ilişkisi, kardeşler arası ilişkiler), ebeveynlerin gence yönelik ilgisi, aile içi sorumluluklar ve gençlerin aile içi karar alma süreçlerine katılımlarının rolü üzerinde durulmuştur.

Bu araştırmanın konusunu, gencin zayıflama davranışları sergilemesinde aile yaşam memnuniyetinin öznel yönünün anlaşılması oluşturmıştır. Bu bağlamda nitel araştırma yöntemi benimsenen bu çalışmada zayıflama davranışlarının nedenleri gençlerin kendi ifadelerinden yola çıkılarak betimlenmiştir. Ayrıca zayıflama nedenlerine bağlı olarak genç için 'zayıf beden tanımı' ve zayıf bedene sahip olmanın önemi ve 'gençlerin zayıflayabilmek için hangi yolları denedikleri' gençlerin bakış açısıyla anlaşılmaya çalışılmıştır.

Belirtilenlere ek olarak gencin zayıflama davranışını aile yaşam memnuniyetinin öznel boyutlarıyla açıklamaya çalışan bu araştırmada, gençlerin zayıflama deneyimlerinin kendi yaşamlarında ve aile yaşamlarında yarattığı sonuçlar sergilenmeye çalışılmıştır.

Bu araştırma nitel bir araştırma olarak tasarlanmıştır. Araştırmanın verileri yaşları 18-24 yaş aralığında olan 17 gençle (2 erkek, 15 kadın) yapılan derinlemesine görüşmelerle elde edilmiştir.

Araştırmada gencin zayıflama davranışlarının nedeni ile ilgili olarak ideal olan ve istenen bedene ulaşmanın önemi ortaya çıkmıştır. Genç için zayıflama deneyimleri önemlidir çünkü bu şekilde ulaşılacak ya da ulaşılmış olan zayıf bedenin anlamı 'ideal bedene', 'güzel bedene' ve 'beğendiği ve beğenildiği bedene' sahip olmaktır. Aynı zamanda gençler için zayıf bedene diğer bir ifadeyle ideal bedene sahip olma onlar için hem kendi yaşamlarında ve hem de aile yaşamlarında özgüvenlerinin artması demektir. Araştırmanın bir diğer sonucu, gencin zayıflama davranışlarına yönelmesinde ya da deneyimlemesinde aile yaşam memnuniyetlerinin rolüdür. Önemli bir sonuç gencin aile bütünlüğünün bozulması diğer bir ifadeyle ebeveynlerden bir ya da her ikisinin boşanma veya vefat nedeniyle kaybı gencin beslenme düzenini değiştirmektedir. Yine aile içi ilişkilerde özellikle baba ve kardeşlerle olan ilişkilerinde, gencin kilosu alaylı bir eleştiri ile ilişki odağına oturmakta ve özellikle ebeveynlerin ilgisizliği gencin hem kilo almasında hem de zayıflama davranışının sürdürülmesinde rol oynadığı görülmüştür.

Bu araştırma, TÜBİTAK tarafından doktora öğrencilerine sağlanan 2214- A Yurt Dışı Araştırma Burs Programı kapsamında desteklenmiştir.

Anahtar Sözcükler

Yaşam Kalitesi / Yaşam Memnuniyeti, Aile Yaşam Kalitesi / Aile Yaşam Memnuniyeti, Zayıflama Davranışları, Gençlik, Nitel Araştırma

ABSTRACT

SIRMA, Cigdem Sema. *A Research on Weight Loss Behavior among Young People in terms of Family Life Satisfaction*, Doctoral Thesis , Ankara, 2018.

Individuals experience various physical transitions depending on the period of their lives and their ideas for their bodies which are shaped by this period and its circumstances. In other words, young people experience a dense physical transition and have a great awareness about their bodies in the youth period. In this period, while young person's individual decisions are becoming important, the person also tries to catch up with the social expectations. Using various channels, the society sends messages to young people for their physical appearance and young people try to reach out to the ideal body accepted by the society. Nowadays, the 'thin' and 'weak' body is accepted as the ideal body.

Family life satisfaction plays an important role on what type of body does the young person have and his / her tendencies about weight loss behavior. Young person's family life satisfaction where she / he experiences the socialization process has multiple dimensions starting from meeting the fundamental needs such as feeding and shelter, till achieving intra-familial relationship satisfaction. This research focuses on qualitative aspects of family life satisfaction effecting weight loss behavior such as; family integrity, young person's intra-familial relationships (relationships among parents, parent-child relationship, sibling relations), parents' regard towards the young person, intra-familial responsibilities and young person's inclusion in family's decision making process.

The main focus of this work is to understand the subjective aspects of family life satisfaction on young people's weight loss behavior. Therefore; the study explains this behavior based on young people's self-expressions using qualitative methods. It aims to understand young people's perspectives for 'the meaning of a weak body', 'the importance of having a weak body' and 'the methods that they use to lose weight' with respect to the reasons for losing weight. Moreover, the study explains the problems in young people's personal and family lives caused by their weight loss behavior.

This study is designed as a qualitative research. The data of the study is obtained by conducting in-depth interviews with 17 young people (2 male, 15 female) who are between 18 and 24 years old.

In this research, it is determined that the importance of reaching out to an ideal and desired body is significantly important as a cause of young people's weight loss behavior. Weight loss experiences are especially important for young people because the meaning of the body that is obtained through these experiences is to have 'an ideal body', 'a beautiful body' and 'a body

that she / he herself / himself and other people like'. Having a weak body also means to have higher self-confidence in their personal and family lives. Another result of the study shows that family life satisfaction affects young people for developing a tendency towards weight loss behavior or experience. Corruption of the family integrity or in other words, losing one or both parents because of a death or a divorce has an impact on young person's eating habit. Young person being overweight becomes a focus point with teasing and criticism in intra-familial relationships established especially with the father and siblings and parental disregard plays an important role in young person's gaining weight and maintaining weight loss behavior.

This research was supported by Tubitak 2214-A Program.

Key Words

Quality of Life / Life Satisfaction, Quality of Family Life / Family Life Satisfaction, Weight Loss Behaviour, Youth, Qualitative Research

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	i
BİLDİRİM	ii
YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI.....	iii
ETİK BEYAN	iv
ADAMA	v
TEŞEKKÜR	vi
ÖZET	ix
ABSTRACT	xi
İÇİNDEKİLER	xiii
TABLolar DİZİNİ	xvi
ŞEKİLLER DİZİNİ	xvii

GİRİŞ	1
-------------	---

1. BÖLÜM ARAŞTIRMANIN KAPSAMI	5
1.1. Araştırmanın Konusu	5
1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi	17
1.3. Araştırmanın Problem Cümleleri	20
1.4. Araştırmanın Literatür Taraması ve Tanıtımı	21
1.4.1. Gencin Zayıflama Davranışına İlişkin Araştırmalar	21
1.4.2. Gencin Aile Yaşam Kalitesine / Aile Yaşam Memnuniyetine Odaklanan Araştırmalar	28
1.4.3. Gencin Zayıflama Davranışı İle Aile Yaşam Kalitesini / Aile Yaşam Memnuniyetini Birlikte Ele Alan Araştırmalar	33

1.5. Araştırmanın Metodu	37
1.5.1. Araştırmanın Tasarımı	37
1.5.2. Araştırmanın Veri Toplama Süreci.....	38
1.5.2.1. Araştırmanın Veri Toplama Tekniği Olarak Derinlemesine Görüşme	38
1.5.2.2. Katılımcılar	41
1.5.2.3. Aydınlatılmış Onam ve Etik	44
1.5.3. Araştırmanın Veri Analiz Süreci	45
1.5.4. Sahada Karşılaşılan Güçlükler	46
 2. BÖLÜM ARAŞTIRMANIN KAVRAMSAL VE KURAMSAL ARKA PLANI	 47
2.1. Araştırmanın Kavramsal Çerçevesi	47
2.1.1. Yaşam Kalitesi / Yaşam Memnuniyeti	47
2.1.2. Aile Yaşam Kalitesi / Aile Yaşam Memnuniyeti	55
2.1.3. Gençlik /Gençlerin Yaşam Memnuniyeti	57
2.1.4. Zayıflama Davranışı / Beden İmajı	61
2.1.5. Sosyalleşme	62
2.2. Araştırmanın Kuramsal Çerçevesi	65
2.2.1. Yaşam Kalitesi İle İlgili Kuramsal Açıklamalar	65
2.2.2. Aile Yaşam Memnuniyetine İlişkin Kuramsal Açıklamalar	72
 3. BÖLÜM ARAŞTIRMANIN BULGULARI	 77
3.1. Ailelerin Sosyo-Demografik Özellikleri	77
3.2. Gençlerin Zayıflama Davranışlarının Nedenleri	78

3.2.1.Gençlerin “Zayıf Beden” Tanımı	79
3.2.2.Gençler İçin Zayıf Bedenin Önemi	84
3.2.3.Gençlerin Bakış Açısından Zayıf Bedene Sahip Olma İsteğinin Nedenleri	86
3.3. Gençlerin Zayıflama Yolları	89
3.4. Gençlerin Zayıflama Davranışları ve Aile Yaşam Memnuniyetleri	96
3.4.1. Katılımcıların Aile Bütünlükleri	96
3.4.2.Katılımcıların Aile İçi İlişkileri.....	99
3.4.3. Ebeveynlerin Gence Yönelik İlgisi	113
3.4.4 Gence Aile İçerisinde Yüklenen Sorumluluklar	117
3.4.5. Gencin Karar Alma Süreçlerine Katılımı	123
3.5. Gençlerin Zayıflama Deneyimlerinin Kendileri İçin Yarattığı Sonuçlar	126
3.6. Gençlerin Zayıflama Deneyimlerinin Aile Yaşamlarında Yarattığı Sonuçlar	134
SONUÇ	138
KAYNAKÇA	151
EK 1. Etik Komisyon Onayı	182
EK 2A. Tez Orijinallik Raporu	183
EK 2B Tez Orijinallik Raporu (İngilizce)	184
EK3. GÖRÜŞME FORMU	185
ÖZGEÇMİŞ	187

TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo 1: Katılımcıların Sosyo-demografik Özellikleri	42
Tablo 2: Veenhoven'ın "Yaşanabilirlik" Yaklaşımı	71



ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1: Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi	69
---	----



GİRİŞ

Gençliği içinde yaşadığı sosyo-kültürel yapı içinde değerlendiren sosyolojik araştırmalar gençlik dönemlerinde yaşanan değişimleri onun bedensel ve psikolojik değişimlerin ötesinde sosyo-kültürel faktörlerle ele alır. Genç için bedenine ait değişimler kendi bedeninin 'güzelliği', 'çirkinliği' gibi kendisine aktarılan kültürel kodlar üzerinden sağlanır. Bu bağlamda gencin bedeninin zayıf ya da kilolu olması aile ortamından başlayan bir sosyalizasyon süreciyle, akran gruplarıyla, sosyal medyayla şekillenen bir hal almaktadır. Bu özellikleri aktaran ajanlar arasında aile ortamı gencin bedenine ilişkin algısını ve özellikle gencin kilosuna ilişkin kararını olumlu ya da olumsuz olarak etkileyebilmektedir.

Kiloyu yalnızca medikal anlamda bireyin yaşamına getirdiği / getirebileceği olası sağlık sorunları üzerinden tartışmak konunun derinlemesine anlaşılamamasına ya da eksik bırakılmasına yol açabilir.

Toplum tarafından gence nasıl olması ve nasıl davranması gerektiği konusunda pek çok kanaldan mesaj aktarılmaktadır. Birey aile içerisine doğmakta ve gelişiminin ilk olarak önemli bir kısmını aile içerisinde sürdürmektedir. Gencin, zayıf bedene sahip olma isteğinin altında toplumun sosyal, kültürel ve ekonomik beklentilerinin birincil olarak aktarılmasında aracı olan aile kurumunun rolüne değinmekte fayda vardır. Bu nedenle ailenin özellikleri önem taşımaktadır.

Aile ile ilgili olarak yapılan araştırmalar, evlilik yaşı, evlilik ve boşanma sayıları ve aile tipleri bağlamında daha çok sosyo-ekonomik düzey odağında bakılsa da bu araştırmada aile içi ilişkiler noktasından hareketle gençlerin aile yaşam memnuniyetleri üzerinde durulmuştur. Aileyle ilgili yapılan araştırmaların ekonomik ağırlıklı olması 1960'lara kadar yaşamın kalitesinin nesnel göstergelerinin ön planda olmasıyla açıklanabilir. 1960'lardan sonra yaşam kalitesinin nesnel göstergeleri yerini bireylerin ilişkilerine, sahip olduklarını değerlendirmelerine ve aldıkları tatmine bırakmaya başlamıştır. Burada gencin aile yaşam memnuniyeti kavramı devreye girmektedir.

Bu noktada genç için bedenine yüklenen anlamları, aile yaşam memnuniyeti odağında ele alan sosyolojik araştırmaların kısıtlılığı dikkate alınarak araştırmada, bireysel bir davranışmış gibi gözükken ama sosyolojik özellikleri barındıran zayıflama davranışı *aile yaşam memnuniyetinin öznel göstergeleri* üzerinden tartışılmıştır.

Bu araştırmada, *zayıflama davranışları*, gencin zayıflayabilmek için ilaç kullanma, beslenme alışkanlığını değiştirme, yemek yememe, öğün atlama, operasyon geçirme, zayıflama çayları içme ve aşırı spor yapma davranışlarından birisini veya birden fazlasını yapması olarak tanımlanırken, gençlerin *aile yaşam memnuniyetlerinin öznel yönü* ise; *aile bütünlüğü*, *gencin aile içi ilişkileri (ebeveynler arası ilişkiler, ebeveyn-genç ilişkisi, kardeşler arası ilişkiler)*, *ebeveynlerin gence yönelik ilgisi*, *aile içi sorumluluklar ve gençlerin aile içi karar alma süreçlerine katılımlarının* değerlendirilmesi olarak ele alınmıştır.

Gençlerin *aile yaşam memnuniyetlerinin öznel yönü* olarak ele alınan *aile bütünlüğü*, aile yaşam memnuniyeti araştırmalarında (Cavanagah 2008, Axinn, Duncan ve Thornton 1997 ve Louis ve Zhao 2002) tartışılmıştır. Örneğin Louis ve Zhao (2002) boşanmayla aile yapısında meydana gelen değişimin ailenin sosyo-ekonomik düzeyini etkilediğini belirterek gencin yaşam memnuniyetinde aile bütünlüğünün belirleyici olduğunu vurgulamıştır.

Diğer taraftan gence aile içinde gösterilen *ilgi, alınacak kararlara katılımı, görev ve sorumluluk* verilmesi gibi durumlarda gencin aile yaşam memnuniyeti için önemli göstergeler olarak (Buehler vd., 1998, Furnstenberg ve Hughes 1995, Otto 1986) ele alınmaktadır. Örneğin Otto (1986), ebeveyn desteğinin gençlerin yaşam kalitelerini / memnuniyetlerini arttırdığını belirterek gençlerin yaşamlarında aile kurumuna dikkat çekmiştir.

Tüm belirtilenler çerçevesinde, bu araştırma gencin *aile içi yaşam memnuniyetini* yani anne babasının ilgisini, ilişki türünü, görev ve sorumluluklarını, aile bütünlüğünü, anne baba ilişkisi gibi durumların onun zayıflama davranışına yönelmesindeki rolü gençlerin gözünden anlaşılmaya çalışılmıştır. Buna göre bu araştırma üç bölümden oluşmuştur.

Birinci bölümde, araştırmanın konusu, amacı ve önemiyle birlikte problem cümlelerine yer verilmiştir. Aynı zamanda bu bölümde araştırmanın literatür taraması ve tanıtımı da yapılarak konuyla ilgili olarak yapılan araştırmalar hakkında bilgilendirmeler yapılmıştır. Literatür taraması ve tanıtımı bölümünden sonra metot başlığı altında araştırmanın tasarımı hakkında açıklamalar yapılmış, araştırmanın veri toplama ve analiz süreci detaylandırılmıştır.

İkinci bölümde araştırmanın kavramsal ve kuramsal arka planına yer verilmiştir. Öncelikle yaşam kalitesi / yaşam memnuniyeti kavramı tanımlanarak aile yaşam kalitesi / aile yaşam memnuniyeti kavramlarına geçiş yapılmıştır. Daha sonra aile yaşam kalitesi / aile yaşam memnuniyeti araştırmanın odağı bağlamında açıklanarak aile yaşam memnuniyetinin öznel yönü olarak ile *aile bütünlüğü, gencin aile içi ilişkileri (ebeveynler arası ilişkiler, ebeveyn-genç ilişkisi, kardeşler arası ilişkiler), ebeveynlerin gence yönelik ilgisi, aile içi sorumluluklar ve gençlerin aile içi karar alma süreçlerine katılımları* ele alınmıştır. Araştırmada zayıflama davranışı gençler üzerinden ele alındığı için gençlik kavramı açıklanmış ve gencin yaşam memnuniyeti tanımlanmıştır. Bununla birlikte gencin zayıflamak istemesi ve zayıflamak için neleri yaptığı zayıflama davranışı / beden imajı kavramlarıyla birlikte detaylandırılarak açıklanmıştır. Aile içerisinde değerlerin aktarılması olan sosyalizasyon kavramı gencin bedenine yönelik değerlendirmeler doğrultusunda tanımlanmıştır. Araştırmanın kuramsal arka planını oluşturan yaşam kalitesinin felsefi kökenlerine yönelik açıklamalar, Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi, Veenhoven'ın 'yaşanabilirlik' yaklaşımı, ve aile yaşam kalitesi / aile yaşam memnuniyetine yer veren açıklamalarla araştırmanın kavramsal ve kuramsal arka planı tamamlanmıştır.

Araştırmanın üçüncü bölümünü araştırma bulguları oluşturmaktadır. Bu bölümde öncelikle katılımcıların ailelerinin sosyo-demografik özelliklerine yer verilmiştir. Daha sonra araştırmanın problem cümleleri bağlamında bulgular değerlendirilmiştir. İlk olarak, gençlerin zayıflama davranışlarının nedenleri üzerinde durularak; gençlerin 'zayıf beden' tanımları, genç için 'zayıf bedenin önemi' açıklanmış, ve gençlerin zayıf bedene sahip olma isteklerinin nedenleri

belirilerek gençlerin zayıflama yolları belirtilmiştir. Sonrasında da, gençlerin zayıflama davranışları aile yaşam memnuniyetleri bağlamında; katılımcıların aile bütünlükleri, aile içi ilişkileri ve ebeveynlerin gence yönelik ilgisi, gence aile içerisinde yüklenen görev ve sorumluluklarla, gencin aile içi karar alma süreçlerine katılımlarıyla ilgili araştırma bulgularına yer verilmiştir. Bu bölüm gençlerin zayıflama deneyimlerinin kendileri ve aile yaşamında yarattığı sonuçlar açıklanarak tamamlanmıştır.

Araştırmanın sonuç bölümünde de araştırma bulguları konuyla ilgili literatür ve kuramsal açıklamalar bağlamında sosyolojik olarak değerlendirilmiştir. Genci zayıflamaya iten nedenler, gencin aile yaşam memnuniyetinin öznel yönleri ve zayıflamanın genç için yarattığı sonuçlar araştırma bulgularından yola çıkarak yorumlanmıştır.

1. BÖLÜM ARAŞTIRMANIN KAPSAMI

1.1. ARAŞTIRMANIN KONUSU

Günümüzde kullanımı giderek yaygınlaşan yaşam kalitesi kavramı, aslında ilk insandan itibaren bireyin temel ihtiyaçlarının karşılanmasıyla başlayıp günümüzde bireyin geliri, güvenliği, aidiyeti, hakları ve ifade özgürlüğü gibi durumları da içine alan çok boyutlu bir kavram olma özelliğini taşımaktadır. Bu noktada yaşam kalitesi araştırmaları hem araştırmacının konuya yaklaşımı hem de araştırma odağı bağlamında çeşitlilik göstermektedir.

Yaşam kalitesi araştırmalarının öncelikli olarak (McCall 1975; Michalos 2015; Panagiotakos ve Yfantopoulos 2011); sıklıkla yaşam kalitesinin tarihçesi ve kavramın nasıl tanımlanacağı yönünde olduğu görülmektedir. Schuessler ve Fisher (1985, s. 130)'in de belirttiği gibi bu araştırmalarda yaşam kalitesinin tarihçesi, yaşam kalitesi kavramının tanımlanması, ölçümü, kuramsal içeriği ve yaşam kalitesi araştırmalarında karşılaşılabilecek sorunlar ve yaşam kalitesi araştırmalarının çözüm politikaları oluşturma noktasındaki rolü üzerinde durulmaktadır.

Yaşam kalitesi kavramının tanımlanması tartışmalarında yaşam kalitesinin bireyin yaşamının tüm alanlarını kapsadığı kabulü söz konusudur. Dunning (2004, s. 5) yaşam kalitesi tanımlarının sosyal, ekonomik ve politik anlamda kapsayıcı yönleriyle bütünsel olarak ele alınması gerektiğini vurgulamıştır. Kavramın tanımlanmasında bu çok yönlülük, konunun farklı disiplinler tarafından incelenmesini de beraberinde getirmiştir. Örneğin, sağlık bilimleri yaşam kalitesi kavramını; fiziksel, zihinsel ve psikolojik açılardan “iyi olma hali” olarak tanımlamakta ve düşük ölüm oranı, doktor sayısı ve sağlık hizmetlerine erişim gibi faktörlerle yaşam kalitesini değerlendirmektedir. Yine iktisat alanında; yaşam kalitesi, bireyin ekonomik durumuna odaklanırken, kişi başına düşen gelir, mesleki durum ve işsizlik gibi faktörler yaşam kalitesi açıklamalarındaki önemli göstergelerdir. Eğitim bilimlerinde ise; bireyin okur-yazar olma durumu, toplam eğitim süresi, sınıf mevcudu, öğretmen sayısı, sınıf ortamı, bilgisayar

becerileri, eğitimde internet kullanımı gibi özellikler çerçevesinde yaşam kalitesi açıklanmaktadır.

Sosyolojik bakış açısından yaşam kalitesi tartışmalarının Ogburn'un (1933) *Social Trends in the United States* ve Odum'un (1936) *Southern Regions of the United States* çalışmaları ile başladığı benimsenirken kavramın asıl gelişiminin 1990'lı yıllarda hız kazandığı söylenebilir. 1990'lı yıllarda sosyolojik olarak yaşam kalitesi araştırmalarında sosyal faktörlerin rolü üzerinde durulmuş ve bu faktörlerin yaşam kalitesinin belirlenmesindeki etkisi incelenmiştir. Yaşam kalitesi sosyolojik olarak yoksulluk, suç, aile gibi konular üzerinden sıklıkla ele alınmıştır. Örneğin bu yıllarda Bowen (1988), Vandewater ve Lansford (1998), Wan, Jaccard ve Ramey (1996)'ın, çalışmaları dikkat çekicidir. Bununla birlikte Schalock (2000, s. 124), 1990'lı yılları yaşam kalitesi kavramının daha iyi anlaşıldığı ve ölçüldüğü yıllar olarak belirtmiştir.

2000'li yıllarda ise yaşam kalitesi kavramının kullanımının yaygınlaştığı görülmektedir. Örneğin, Dünya Sağlık Örgütü (1998)'nün Milenyum Hedefleri arasında 21.yy'da yalnızca yaşam süresini uzatmak değil aynı zamanda yaşam kalitesini benimseyerek, engelliliği ve hastalıkları azaltmak bulunmaktadır. 2000'li yıllarla birlikte yaşam kalitesinin çalışma alanlarının; ebeveyn- çocuk ilişkisi, kaliteli boş zaman kullanımındaki toplumsal cinsiyet farklılığı, etnisiteye dayalı ayrımcılık, yoksulluğun ölçümü, kadınların çalışma yaşamına katılımları ve mutlulukları, ayrımcılık ve eğitime katılım gibi alanlar olduğu görülmüştür (Sirgy vd., 2006, s. 372). Benzer şekilde Türkiye'de yapılan araştırmalarda da sosyolojik açıdan Aktaş Altunay ve Burcu (2008) yaşam kalitesinin; bireyin bağımsızlık düzeyi, sosyal ilişkileri, inançları ve sosyal çevresini kapsayan karmaşık yönüne dikkati çekmişlerdir.

Genel olarak sosyolojik açıdan yaşam kalitesi toplumun sosyo-ekonomik ve sosyo-politik yapısı ile yakından ilişkili olduğu gibi daha mikro düzeyde bireyin içinde yaşadığı değerler sistemine ilişkin algılamalarıyla da yakından ilişkilidir (Muluk, Burcu ve Danacıoğlu 2000, s.79). Mikro düzeyde bireyin içinde bulunduğu durumu nasıl algıladığı ile makro düzeyde bireyin içinde yaşadığı

toplumun etkisi yaşam kalitesi araştırmalarının bakış açısını belirlemiştir. Ferriss (2004, s. 37)'in de belirttiği gibi sosyolojide yaşam kalitesi araştırmaları, sosyal süreçlerin bireylerin ve ülkelerin yaşam kaliteleri üzerindeki rolüne bir köprü kurarak açıklama yapma noktasında önem taşımaktadır. Daha açık bir ifadeyle; Ferriss (2004) sosyolojik olarak yaşam kalitesi araştırmalarında; mutluluk, memnuniyet ve tatmin kavramlarının bireysel algının ötesinde gelir, suç, sosyal yapı, eğitim, eşitsizlik ve evre gibi faktörlerle bir arada değerlendirilerek ele alınması gerektiğine vurgu yapmaktadır.

Bu bağlamda yaşam kalitesi araştırmaları farklı disiplinler ile ele alınırken, her disiplin kendi bakış açısı ve metodolojisiyle konuya yaklaşmaktadır. Yaşam kalitesini tanımlamaktan ölçümüne kadar uzanan inceleme sürecinde çeşitlilik söz konusudur (Mickel, Dallimore ve Nelson 2008, s. 314). Bu durum yaşam kalitesinin tanımı başta olmak üzere, teorisi, metodolojisi ve nasıl belirleneceği gibi konularda farklılıklara yol açmıştır. Liu (1975) yaşam kalitesinin mal varlığı, hizmetler ve ekonomik düzey gibi somut olarak görülebilir özelliklerle birlikte toplumsal bağlılık, güven, kendini gerçekleştirme, sevgi ve duygusal yakınlık gibi faktörlerin toplamından oluştuğunu belirtmektedir. Brown ve Brown (2004) tarafından da yaşam kalitesi, bireyin umutları ve beklentileriyle şimdiki durumuna ilişkin algısı şeklinde tanımlanmaktadır.

Dünya Sağlık rgt Yaşam Kalitesi Grubu (The WHOQOL Group) (1995, s. 1405) yaşam kalitesini; bireyin kültürel ve değerler sistemi içerisindeki amaçları, beklentileri, standartları ve ilgileri bağlamında tanımlamıştır. Daha açık bir ifadeyle, bireyin kültürü ve değerler sistemi içerisinde yaşamında aldığı bireysel pozisyonu ve amaçları, beklentileri, değerleri, kaygıları, fiziksel sağlığı, psikolojik durumu, bağımsızlığı, sosyal ilişkileri ve inancıyla birlikte ele alındığında bütünsel olarak yaşam kalitesi; kültürel, çevresel ve sosyal bağlamda bireyin öznel değerlendirmesini içeren bir kavramdır (Phillips 2006, s. 33).

Yaşam kalitesi araştırmaları birçok gelişmiş toplum ve uluslararası kuruluş tarafından da önemli olarak görülmüştür. Örneğin '*Ekonomik Kalkınma ve İşbirliği rgt*' (*Organisation for Economic Co-operation and Development*,

OECD') (1971, s.104) gelişen toplumsal dengesizlikleri, doyumsuzlukları ve sosyal gereksinimleri hem daha erken belirlemede hem de sürece müdahale şansı oluşturmada yaşam kalitesi araştırmalarının yapılmasının önemini vurgulamıştır (aktaran Yetim 2001, s. 46 - 47). Yaşam kalitesi, toplumların sosyolojik profili hakkında bilgi sağlayarak toplumların zayıf ve güçlü yönlerini ortaya çıkartmak ve ilgili politikaların geliştirilmesinde önemli bir araç olarak görülür. Bu öneme dikkat çeken Birleşmiş Milletler bünyesinde, *Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı (United Nations Human Development Program)* tarafından yaşam kalitesini belirlemek için *İnsani Gelişme İndeksi (İGI) (The Human Development Index, HDI)* geliştirilmiştir. Bu yaşam kalitesi indeksiyle; bireylerin satın alma gücü, tahmini yaşam süresi ve eğitim süresi (ortalama olarak okur-yazarlık oranı ve okullaşma oranı) göstergeleri üzerinden karşılaştırmalar yapılmaktadır. Bu karşılaştırmalarla bireylerin eşit ve ortalama bir yerde olup olmadığı belirlenmek istenmektedir (Hagerty ve Land 2007, s. 459). Diğer bir ifadeyle *Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı (UNDP)* tarafından geliştirilen yaşam kalitesi indeksiyle bireylerin tercihlerinin gelişimi ve bireylerin uzun, sağlıklı ve yaratıcı bir şekilde yaşamak için yakaladıkları şanslar ülkeler arası karşılaştırmalarla belirlenebilmektedir (UNDP 1990, s. 9 aktaran Veenhoven 2000, s. 24). Benzer bir şekilde *Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (United Nations International Children's Emergency Fund, UNICEF)* da (2015, s. 28) makro ve mikro düzeyde çocuk ve gençlerin yaşam kalitelerini yükseltmek için araştırmalar yapmaktadır. *Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu* araştırmalarında; çocukların ve gençlerin yaşam kalitelerinde aile desteği ve destekleyici ebeveynlik tarzına odaklanmıştır. Bununla birlikte *Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu*, çocukların ve gençlerin yaşam kalitelerinin yükseltilmesinde istismardan korunmaları ve sağlık durumlarının iyileştirilmesinin önemine dikkat çekerek çocuk ve gençlere yönelik politikalar geliştirilmesinde önemli rol oynamaktadır.

Ayrıca; gencin güvenliği ve ailesi tarafından korunması, eğitim hayatına devam etmesi, sosyal ve kültürel aktivitelere katılımı, sivil toplum örgütlerine üyeliği ve düzenli gelir getiren bir işe sahip olma durumu gencin fiziksel ve zihinsel iyi

olma halinde belirleyici faktörler olarak ele alınmıştır (UNICEF 2016, s. 10). Belirtilen kurumların önemini vurguladığı gibi, yaşam kalitesi araştırmaları, ülkelerin sosyolojik profili hakkında bilgi sağlayarak zayıf ve güçlü yönlerini ortaya çıkartmakta ve varolan zayıf durumları iyileştirmeye ilişkin politikalara ışık tutması amacıyla kullanılmaktadır. Yaşam kalitesi araştırmalarının sonuçları ile aile, genç, çocuk, yoksulluk, gelişmişlik düzeyi, suç, çalışma hayatı ve kentleşme gibi birçok konuda ülkeler düzeyinde bilgiler verilmekte ve karşılaştırmalı olarak ülkeler arası yaşam kalitesi araştırmaları yapılabilmektedir.

Diğer taraftan yaşam kalitesini belirlemek için kullanılan göstergeler nesnel göstergeler ve öznel göstergeler olarak ele alınmaktadır. Nesnel göstergeler, toplumsal olaylardaki objektif kriterlerle ölçülebilen sayısal verileri içerirken, öznel göstergeler bireylerin içinde bulundukları durumu değerlendirmeleri olarak açıklanmaktadır.

Yaşam kalitesinin nesnel yönünü belirleyen nesnel göstergeler 1930'lu yıllarda özellikle istatistiki çalışmalara dayanırken, yaşam kalitesinin öznel yönünü belirlemek için kullanılan öznel göstergelerin kullanımı ancak 1960'lı yıllardan itibaren yaygınlık göstermiştir. Yaşam kalitesinin nesnel yönü Veenhoven'ın da belirttiği gibi genellikle gelir, konaklanan yerin metrekaresi gibi net gerçeklikler ('hard' facts) olarak tanımlanabilecek göstergelerle belirlenmektedir (Veenhoven 2002, s. 36-37). Günümüze kadar yaşam kalitesi üzerine yapılan araştırmalarda Doy ve Weitz (1977, aktaran Dunning 2004, s. 5) çoğunlukla, nüfus yoğunlukları, işsizlik ve suç oranları, tahmini yaşam süresi, sağlık durumu (örneğin kişinin sağlıklı veya sağlıklı olmadığı ortalama günlerin sayısı), nüfus, okula giden öğrenci sayısı, seçimlere katılma oranları ve tıbbi tarama sonucu gibi nesnel göstergeler üzerinden yaşam kalitesinin belirlendiğini ifade etmektedirler. Yine yaşam kalitesinin nesnel göstergeleri arasında Schuessler ve Fisher (1985, s. 132) tarafından da günlük sıcaklık gibi gözlenebilir çevresel koşullar belirtilirken Ferriss'de (2010, s. xvi) mesleki şartlarla yaşam kalitesinin nesnel boyutunun açıklandığını vurgulamıştır.

1960'lı yıllardan itibaren ise; sosyal bilimciler tarafından yaşam kalitesinin belirlenmesinde özellikle; gelir, oturan evin metrekaresi gibi nesnel göstergelerin tek başına yeterli olmadığı tartışmaları gündeme gelmiştir (CUIR 2001a; Rogersa vd., aktaran Dunning 2004, s. 5). Bu tartışmalar sonucunda, bireye dair öznel değerleri ve bireylerin yaşam koşullarına atfettiği önemi merkeze alan ve çalışma alanını öznel göstergeler üzerine yoğunlaştıran araştırmalar artış göstermiştir (Andrews 1974 ve Kolenikov 1998, s. 5). Yaşam kalitesinin öznel göstergeleri bireyin yaşamdan tatmin olması yönündeki kendine ait düşüncelerini içermektedir (Aktaş Altunay ve Burcu 2008, s. 7). Aynı zamanda yaşam kalitesinin öznel göstergeleri yaşanılan çevrenin koşulları, bireysel eşitlikler ve politik kararların alınmasında rol oynayan bileşenler olarak değerlendirilmektedir (Liu 1975, s. 2). Yine bireyin arkadaş ilişkileri, aile ve yaşam çevresi ile ilgili memnuniyet durumu yaşam kalitesinin öznel değerlendirmesi içinde ele alınmaktadır (Diener ve Suh 1997).

Günümüzde yaşam kalitesi araştırmalarının belirlenmesi için kullanılan sosyal göstergelerin nesnel ve öznel boyutları arasında, göstergelerin birlikte kullanılmasına ilişkin yaygın bir eğilim vardır. Phillips (2006, s. 2) tarafından da yaşam kalitesinin nesnellikle birlikte oldukça öznel değerleri de içinde barındırdığı ve çok boyutlu (multidimensional) olma özelliği taşıdığı belirtilmiştir. Benzer bir şekilde Liu (1975, s. 2) tarafından da yaşam kalitesinin çok boyutlu olduğu vurgulanmaktadır.

Yapılan araştırmalarla yaşam kalitesini belirlemek için kullanılan göstergelere her geçen gün yeni göstergeler eklenmektedir. Bu alandaki çeşitliliğin nedeni Gallowey (2006)'in de belirttiği gibi aslında konunun çok boyutlu olmasından dolayı farklı disiplinler tarafından çalışılmasına bağlanabilir. Bu çeşitlilik bazı durumlarda yine Gallowey (2006)'in belirttiği gibi benzer noktaları işaret ederken bazı noktalarda da yaşam kalitesindeki farklılıkları ortaya çıkartmaktadır (aktaran Mickel vd., 2008, s. 314). Bu noktada yaşam kalitesi kavramını tartışırken yaşam kalitesinin nesnel ve öznel boyutlarının birbirinden ayrı ve birbirinden üstün olduklarının düşünülmemesi gerektiği unutulmamalıdır.

Yaşam kalitesi araştırmaları makro boyutta toplumun yaşam kalitesi ve bu bağlamda toplumlararası karşılaştırmalı yaşam kalitesi çalışmalarını da kapsamaktadır. Makro boyutta yapılan yaşam kalitesi araştırmalarında ülkelerin sosyo-demografik, sosyo-ekonomik, sosyo-kültürel ve sosyo-politik yönleri ele alınmaktadır. Konuyu makro boyutlarıyla ele alıp; cinsiyet, yaş, sağlık, ekonomik gelir düzeyi gibi faktörler üzerinden toplumun makro odaklı yaşam kalitesi üzerinde duran ve toplumlararası karşılaştırmalara ağırlık veren araştırmalar (WHO 2005, UNICEF 2015, UNICEF 2016, UNDP 2016) yapılmaktadır. Aynı zamanda yaşam kalitesi araştırmaları; sosyal grup, yaşanılan bölge (kır, kent) açısından mikro ya da mezo boyutlu araştırmalardır. Yaşam kalitesi çatısı altında; cinsiyet, yaşam dönemi, dezavantajlı gruplar, sağlık durumu, çalışma durumu, bireyin dâhil olduğu sosyal grup ve sosyal ortam (bulunduğu kır ya da kent, mahalle) gibi özellikler dikkate alınarak yaşam kalitesi; aile, engelli bireyler, gençler ve çalışma yaşam kalitesi gibi uzmanlaşmış alanlarda incelenmekte olduğu görülmektedir. Mikro, mezo ya da makro boyutta yapılmış olsalar da yaşam kalitesi araştırmalarının, sosyolojik olarak birbirinden bağımsız ya da birbirinden üstün olduğu sylenemezken, bu araştırmaların birbirini btnlediği ve beslediği söylenebilir.

Özellikle sosyal bilimler açısından ele alındığında yaşam kalitesi bireyin içinde bulunduğu yaşamsal döneme (ocukluk, gençlik, yetişkinlik, yaşlılık) göre farklılıklar içermektedir. Bowling (2003, s. 2)'in de belirttiği gibi yaşam kalitesi bireyin yaşamının farklı dönemlerinde farklı anlamlar içermektedir. Literatürde de bireyin yaşamsal dönemine (ocukluk, ergenlik, gençlik, yaşlılık) odaklanılarak yapılan yaşam kalitesi araştırmalarının olduğu görülmektedir. Bu bağlamda yaşam kalitesini gençlik dönemi ile ilişkilendiren araştırmalar gencin aile yaşamı, eğitim yaşamı, çalışma yaşamı, hedefleri ve değerleri gibi konulara (Cooper, 1999; Romero ve Roberts, 2003; aktaran Bradley ve Corwyn 2004, s. 385) odaklanmaktadır.

Tıpkı yaşam kalitesi araştırmalarında olduğu gibi gençlik dönemi de sosyal bilimler, fen bilimleri ve sağlık bilimleri tarafından çalışılan disiplinler arası bir alan olma özelliğini taşımaktadır. Bu durum gençliğe ilişkin olarak farklı

kavramsallaştırmaları ve farklı teorik yaklaşımları da beraberinde getirmektedir (Sercombe 2010).

Gençlik dönemi, üzerinde önemle durulması gereken yaşamın sonraki yıllarını etkileyecek önemli kararların alındığı ve bireyin çocukluktan yetişkinliğe adım attığı bir dönem olma özelliğini taşımaktadır. Ayrıca gençlik dönemi bir takım biyolojik farklılıkların yaşandığı dönem olmanın yanı sıra roller, statüler ve gencin aile ve akran grubuyla ilişkilerindeki değişimlerin de yaşandığı bu bağlamda da sosyolojik olarak gençten beklenen davranış örüntülerinin farklılaştığı bir dönem olma özelliğindedir.

Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı (UNDP) ve *Birleşmiş Milletler* (UN) gençliğin evrensel olduğunu vurgulayarak 15-24 yaş aralığı “gençlik dönemi” (UNDP 2008; www.unesco.org) olarak kabul etmişlerdir. Gençlik dönemi, gencin kendisine ait olan inançlarını, fikirlerini, düşüncelerini, tutum ve davranışlarını geliştirdiği dönemdir (Figueroa 2002). Frith (1984, aktaran Burcu 1997, s. 11)’in de belirttiği gibi gençlik; belirli bir başlangıç ve bitiş sınırı olan, fakat bu başlangıç ve bitiş sınırlarının toplumdan topluma farklılık gösterdiği ve diğer yaşlardaki bireylerden beklentiler iyi olma hali, ümit gibi noktalarda da farklılık gösteren bir yaş grubu olarak tanımlanabilir.

Gencin yaşam kalitesini aile odaklı olarak ele alan araştırmalarda (Walton ve Takeuchi 2010; Wan, Jaccard ve Ramey 1996; Henry 1994; Ji, Xu ve Rich 2002) gencin yaşamında ailenin ve aile içi ilişkilerin önemi üzerinde durulmaktadır. Örneğin Wan, Jaccard ve Ramey (1996) araştırmalarında aile yapısının ve aile desteğinin duygusal olarak aile üyelerinin biraradalığını desteklediği, güven duygusunu oluşturduğu ve yaşam memnuniyetini arttırdığını vurgulamaktadırlar. Benzer şekilde Henry (1994) tarafından yapılan araştırmada da aile bağı, ebeveyn desteği ve ebeveynlerin kurallarının gençlerin aile yaşam memnuniyetlerini olumlu yönde, cezalandırılma ve tek ebeveynli olma durumlarının ise gençlerin aile yaşam memnuniyetlerini olumsuz yönde etkilediği belirtilmektedir.

Aile yaşam kalitesi Park vd., (2004, s. 153)'nin de belirttiği gibi aile üyelerinin ihtiyaçlarının karşılanması, birlikte eğlenebilmesi, anlamlı hedefler için çaba sarf edilmesi ve bu hedeflere ulaşılması olarak tanımlanmaktadır. Aile üyeleri arasındaki ilişkiler, roller, duygusal ortam, iletişim, davranışlar ve disiplin aile rutinleri arasında yer alırken, aile hayatının görünmez bağları duygusal ve ilişkisel bağlamda etkileşimle ortaya çıkmaktadır. Ebeveyn ve çocuk arasındaki karşılıklı sıcak etkileşimin çocuklara güven hissi verdiği, ayrıca ebeveynlerin çocuklarına karşı destekleyici olmasının yaşam kalitesinin artmasına katkıda bulunduğu belirtilmektedir (Park vd., 2004 ve Park 2004).

Gencin yaşam memnuniyetini aile yaşam kalitesiyle ilişkilendiren bazı araştırmalarda (Jones ve Riseborough 2002; Lazer 1987; Sherifali ve Pinelli 2007) daha çok nesnel boyutuyla yaşam kalitesi çalışılmıştır. Bu araştırmalarda ailenin ekonomik durumu, eğitim düzeyi, sağlık imkânlarına erişimi, ulaşım ve yaşanılan evin durumu gibi kriterlere bağlı olarak gencin aile yaşam kalitesi irdelenmiştir. Gencin aile yaşam kalitesini öznel boyutuyla inceleyen araştırmalarda (Angeles 2010; Liu 2006; Poston vd., 2003; Ronen vd., 2003; Scopelliti ve Musatti 2013) ise aile fonksiyonu, ebeveyn-çocuk ilişkisinin kalitesi, ebeveyn-çocuk çatışması, aile içi çatışmaların gençler tarafından nasıl değerlendirildiği, gencin aile içindeki konumu, ebeveynleriyle kurduğu ilişki, aile içi sorumlulukları, aile içi karar alma süreçlerine katkısı ve ebeveynlerin gence ilgisi üzerinde durulmuştur. Poston vd., (2003)'de aile yaşam kalitesini öznel yönüyle aile etkileşimi, ebeveyn rolleri, duygusal anlamda iyi olma hali ve aile desteğiyle değerlendirmiştir.

Birçok gencin doğumundan itibaren aile, gencin beslenme ve barınma gibi temel ihtiyaçlarının yanı sıra, duygusal ve güvenlik ihtiyaçlarını da karşılamaktadır. Şüphesiz bu ihtiyaçlarının karşılanmasında ailelerin ekonomik ve kültürel donanımına bağlı olarak farklılaşmalar bulunabilir.

Genç; bu dönemde biyolojik olarak bedensel değişimleri hızla yaşamakta ve çocuk bedeninden yetişkin bedenine doğru geçişin etkilerini psikolojik ve bedensel olarak deneyimlerken aynı zamanda bu değişimi sosyolojik yönüyle de deneyimlemektedir.

Bu bağlamda bedenin geçirdiği biyolojik ve psikolojik değişimlerdeki bedenin içinde yer aldığı toplumsal yapının özelliklerinin düşünülmesi önem kazanmaktadır. Sosyolojik olarak bedenin sosyo-kültürel faktörlerle kuşatılması ve bedenden istenilen belli rollerin yerine getirilmesi beklentisi bulunmaktadır. Bu noktada bedenin yaşanılan dönem içindeki kültürel, siyasi ve sosyal olayların bir yansıması olarak görülmesi ve tartışılması Kanlıoğlu (2012)'na göre önemlidir. Benzer şekilde bedenin sosyal bir nesne olduğu yani bedenin sosyo-kültürel yönü olduğu Okumuş (2011), Şensoy (2013), Cash ve Fleming (2002) tarafından da vurgulanmaktadır. Waskul ve Vannini'de (2016) bedenin bireysel bir yaratım olmakla birlikte toplumsal ve kültürel bir üretim olduğunu ifade etmektedirler. Aynı zamanda Turner'da (2004) bedenlerimizin toplumsal olarak yapılandırılmış olduğunu kabul etmemiz gerektiğini vurgulamaktadır. Turner (2004) bedenlerimizin toplum içinde "nasıl" olduğunu anlatabilecek evrensel bilimsel bir yol olduğuna inanmamaktadır. Tam tersi olarak, bedenimizi nasıl hissettiğimiz, başkalarının bedenimizi nasıl algıladığı kültürün bir işlevi olarak belirtilmektedir (aktaran Wallece ve Wolf 2004, s. 436). Bununla birlikte doğa ve sosyal olanın sınırında yer aldığı için bedenin sosyal, kültürel ve teknolojik değişikliklerden etkilendiği Turner (2004, s. 61) tarafından ifade edilmektedir.

Toplumsal yapının değerleri ve istekleri bedende çeşitli şekillerde yansımaktadır. Kültür ise bedenle ilgili olarak söylem ve beklenen uygulamaları, yarattığı idealler bağlamında tanımlamaya ve düzenlemeye çalışmaktadır. Ayrıca bedenler, bireyin ait olduğu grubun normları ve değerleri tarafından da derinlemesine etkilenmektedir (Giddens 2005, s.144). Örneğin, gençlik döneminde akran grubuna dâhil olabilmenin öneminin artması ve o gruba aidiyeti göstermek amacıyla gençler farklı saç modelleri, sakal tıraşı veya dövme yaptıрма gibi doğrudan bedenlerine yönelik davranışlarda bulunabilmektedirler.

Bedenin, fiziksel ve fenomenolojik özellikleriyle birlikte bireysel bir üretim olmasının yanında toplumsal ve kültürel bir üretim de olduğunu belirten Egin (2011, s. 669) bedene ilişkin görünüm ve algılar ile toplumsal dönüşümler

arasında paralellikler bulunduğunu belirtmektedir. Esgin (2011)'e göre beden, kültürel kodların aldığı yeni biçimleri yansıtır.

Sosyo-kültürel beklentiler çerçevesinde gencin hem sosyal çevresi hem de gencin kendisi bedenine ilişkin düşüncelerin geliştirmesinde rol oynayabilir. Gencin bedenine ilişkin düşüncelerinin gelişmesinde aile, medya ve akran grubunun rol oynadığı söylenebilir. Örneğin De Casanova (2004, s. 288) sosyo-kültürel idealler ve medyada sunulan güzel kadın imajlarının bireylerin günlük hayatlarına uyarlandığı ve kendi bedenlerini bu noktada sıklıkla eleştirme eğilimi göstermesinde önemli etkisi olduğunu belirtir. Gençlik döneminde, bedenden kültürel olarak beklenen güzel, sağlıklı ve arzulanan olma beklentisi ise bireyin yaş, cinsiyet ve yaşadığı bölgeye göre değişiklik gösterebilir. Buna bağlı olarak da bedene yapılan uygulamalar da farklılaşmaktadır. Gençler bu sosyal faktörler üzerinden bedenleri için daha güzel ve daha arzulanan olma hedefi içindedirler. Medya ve akran grubunun etkisiyle 'zayıf', 'daha zayıf', 'daha ince' bedene sahip olma daha anlamlı ve önemli olmaktadır. Örneğin genç kadınlar daha güzel ve arzulanan bedene sahip olmak için bedenlerine yönelik kaş şekillendirme, kalıcı makyaj, burun estetiği, saç uzatma (postij), göğüs büyütme, ipek kirpik, takma tırnak ve dudak dolgusu gibi uygulamalar yaptırmaktayken genç erkeklerde ise daha kaslı ve yağsız bedene sahip olmak için aşırı spor yapma, protein tozu ve steroid kullanımı görülmektedir.

Teorik açıklamalar bağlamında aile, akran grupları ve medya tarafından uygulanan zayıflık baskısının, zayıflık idealinin içselleştirilmesine ve görünüşe aşırı önem vermeye yol açabilmekte olduğu söylenebilir. Diğer bir ifadeyle bireyin yeterince zayıf olmaması beden memnuniyetsizliğine neden olurken beden memnuniyetsizliği sonucu birey bu sosyal baskıyı azaltmak için diyet yapmaya yönelebilmektedir (Stice, 2002 aktaran Şensoy 2013).

Gencin bedenine ilişkin düşünce ve beklentilerine ilişkin kültürel aktarım ise birincil olarak aile içindeki sosyalizasyon süreciyle oluşmaktadır. Daha açık bir ifadeyle gencin davranışlarının şekillenmesinde spesifik olarak ise bu araştırmanın konusu olan gencin zayıflamaya ilişkin davranışlarının oluşumu

gencin aile ortamı açısından değerlendirilebilir. Bu bağlamda aile yaşam memnuniyeti olarak ele alınan özellikler (aile bütünlüğü, gencin aile içi ilişkileri (ebeveynler arası ilişkiler, ebeveyn-genç ilişkisi, kardeşler arası ilişkiler), aile içi sorumlulukları, ebeveynlerin ilgisi, gençlerin aile içi karar alma süreçlerine katılımları) önem taşımaktadır.

Belirtilenler kapsamında, bu araştırmada ailenin gencin yaşamında önemli bir sosyal grup olduğundan yola çıkılarak, araştırmada gencin zayıflayabilmek için ilaç kullanma, beslenme alışkanlığını değiştirme, yemek yememe, öğün atlama, operasyon geçirme, zayıflama çayları içme ve aşırı spor yapma davranışları gibi zayıflama davranışları sergilemesinde aile yaşam kalitesinin/aile yaşam memnuniyetinin belirleyici rolü anlaşılmaya çalışılmıştır.

Tüm bu söylenenlerin ışığında, gencin zayıflama davranışlarının nedenleri gencin bakış açısından hareketle değerlendirilmiştir. Ayrıca araştırmada zayıflama davranışları sosyolojik yönüyle ele alınırken, gençlerin zayıflama davranışı göstermelerinde, gençlerin aile yaşam kalitelerinin / aile yaşam memnuniyetlerinin rolü kendi ifadelerinden yola çıkılarak açıklanmak istenmektedir. Ayrıca bu araştırmada gencin kilolu olmasının gencin kendisi ve ailesi için hangi sonuçları getirdiği incelenmektedir. Araştırmada, gencin aile yaşam kalitesi açıklanmaya çalışılırken yaşam kalitesinin öznel boyutu üzerinde durularak aile yaşam kalitesinin/aile yaşam memnuniyetinin dinamikleri arasında değerlendirilen aile bütünlüğü, aile içi ilişkileri (ebeveynler arası ilişkiler, ebeveyn-genç ilişkisi, kardeşler arası ilişkiler), aile içi görev ve sorumlulukları, ebeveynlerin ilgisi, gençlerin aile içi karar alma süreçlerine katılımları gibi öznel göstergeler zayıflama davranışı gösteren gençlerin aile yaşam kalitelerinin/ aile yaşam memnuniyetlerinin anlaşılmasında temel göstergeler olarak ele alınmıştır.

1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ

Gençlerdeki zayıflama davranışı sadece bireysel bir sorun olarak ele alınmamalıdır. Zira gencin zayıflama davranışının sosyal yönü olduğu ve zayıf bedene sahip olmanın öneminin kültürel beklentiler çerçevesinde şekillendiği ulusal ve uluslararası birçok araştırmada (Ulusoy vd., 2003; Günindi-Ersöz 2010; Cahnman 1968; Sanderson, Lupinski ve Moch 2013) ifade edilmektedir. Bedene ilişkin beklentilerin şekillenmesinde Newman (2013) tarafından; sosyolojik bakış açısıyla zayıf olmayı, yağsız bedeni öven ve zayıf olmaya olumlu değerler atfeden bir sosyo-kültürel yapının olduğu belirtilmektedir. Aynı zamanda Foucault (1977)'da, bedenlerimizin kontrolü ile ilgili olarak toplumun birçok mesaj gönderdiğini vurgulamaktadır.

Bu noktada, gencin zayıf bedene sahip olma isteğinin altında bireyin içinde yaşadığı toplumun sosyo-kültürel özelliklerinin bireye birincil olarak aktarılmasında rolü olan aile kurumu önem taşımaktadır. Diğer bir ifade ile aile, birincil derecede sosyalizasyon unsuru olarak çocuklarının yaşamında temel rolü olan, çocuklarının davranışlarını ve tutumlarını dönüştüren ve şekillendirmede önemli rolü olan kurumdur (Corder-Bolz, 1980; Goslin, 1971 aktaran Paff Ogle ve Lynn Damhorst 2003, s. 448).

Zayıflama davranışının sosyal faktörler ve toplumsal cinsiyet beklentileri gibi nedenler dışında aile ve akran grubu gibi bireyin dâhil olduğu birincil ve ikincil grupların etkisiyle ortaya çıkması ve devam etmesi ise gençler için zamanla dezavantajlı bir durum yaratabilmektedir.

Amerika ve diğer ülkelerdeki gerçekçi olmayan güzellik standartları genç kızlar arasında düşük özgüven ve sağlıksız davranışlara yol açabilmektedir. Bu konu, sosyoloji, antropoloji, psikoloji ve halk sağlığı uzmanları tarafından farklı boyutları ile ele alınmaktadır. Genç kızların bedenlerine ilişkin düşüncelerini (imkânsız derecede zayıf olma, medyadaki mükemmel kadın imajı) etkilemekte ve bu durum düşük özgüven, aşırı zayıflama isteği ve yeme bozukluğuna yol açabilmektedir (De Casanova 2004, s. 288)

Toplumun beklentilerini karşılayabilmek adına aşırı zayıf veya kaslı bir bedene sahip olma isteği artarken, gencin bedeninden duyduğu memnuniyetsizliğin artması gençte hayati sonuçları olabilecek çeşitli davranışlara da yol açabilmektedir. Örneğin özellikle genç erkeklerde yağsız ve kaslı bir bedene sahip olmak için steroid kullanımı ve aşırı spor yapma sonucu kalp krizi geçirme durumları yaşanabilirken, genç kızlarda ise; zayıflama çayları ve hapları kullanma, aşırı diyet yapma ve yeme reddi gibi istenmeyen sonuçlar yaşanabilmektedir. Buna rağmen günümüzde gençler arasında beden imajı memnuniyetsizliği ve zayıflama davranışlarının görülmesi hızla artmaktadır.

Gençlerin kilolu ya da zayıf olmaları sağlıklarını etkilemenin ötesinde sosyolojik olarak gençlere daha farklı sorunları da yüklemektedir. Gençler kiloları nedeniyle sosyal yaşamlarında aile, arkadaş grubuna dâhil olma, eğitim, meslek ve diğer sosyal ilişkiler açısından sorunlarla karşı karşıya kalmaktadırlar. Çünkü gençler kiloları nedeniyle akran grupları tarafından zaman zaman etiketlenmekte ve dışarıda bırakılabilmektedirler. Bu bağlamda sosyolojik açıdan gençlerin zayıflama davranışlarının nedenlerini aile yaşam memnuniyeti açısından ortaya koymak araştırmanın öncelikli amacını oluşturmaktadır. Aynı zamanda araştırmada zayıflama deneyimlerinin genç için hem kendi yaşamlarında hem de aile yaşamlarında hangi sonuçları yarattığı ve gençleri zayıflama davranışına yönlendiren ailesel faktörlerin neler olduğunu gençlerin kendi anlatıları üzerinden yola çıkarak açıklamak amaçlanmıştır. Dolayısıyla bu araştırmanın temel amacı, kendilerini 'kilolu', 'şişman', 'zayıflaması gereken bir bedene sahip olan' şeklinde görerek zayıflama davranışı olan gençlerin aile yaşam memnuniyetlerine ilişkin düşüncelerinden ve deneyimlerinden hareketle aile içi ilişkilerinin zayıflama davranışı üzerindeki rolünün anlaşılmasıdır.

Bu araştırmanın katkıları birkaç noktada belirtilebilir. Bunlardan biri araştırmanın metodolojik katkısıdır. Bu araştırma nitel araştırma olarak tasarlandığı için gençlerin zayıflama davranışlarıyla ilgili araştırma sonuçlarını genellemek mümkün değildir. Fakat bu araştırma ile yaşam kalitesi/ yaşam memnuniyeti ve aile yaşam kalitesi/ aile yaşam memnuniyetine ilişkin giderek yaygınlaşan kısıtlı

sayıdaki nitel araştırmalara bir destek olması umut edilmektedir. Araştırmanın ikinci katkısı ise, alana ilişkin literatür katkısıdır. Son yıllarda ülkemizde yaşam kalitesi ile ilgili yapılan araştırmalarda sayıca artışlar yaşanmış olsa da hala genel olarak yaşam kalitesi/ yaşam memnuniyeti ve aile yaşam kalitesi/ aile yaşam memnuniyeti ile ilgili yeni araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Aynı zamanda yapılan araştırmalarda yaşam kalitesinin nesnel boyutlarına daha fazla odaklanılırken yaşam kalitesinin öznel boyutlarını ele alan araştırmaların ise sayıca daha sınırlı olduğu söylenebilir. Bu nedenle araştırma zayıflamaya çalışan gençlerin anlatılarından hareketle gençleri zayıflamaya iten aile yaşam memnuniyetinin öznel boyutlarına (aile bütünlüğü, aile içi ilişkiler-ebeveynler arası ilişkiler, ebeveyn-genç ilişkisi, kardeşler arası ilişkiler- aile içi görev ve sorumluluklar, ebeveynlerin gence yönelik ilgisi, karar alma sürecine katılım) ışık tutması açısından önem taşımaktadır. Diğer bir ifadeyle, bu araştırmanın sosyolojik bakış açısıyla öznel boyutlarıyla yaşam kalitesi / yaşam memnuniyeti araştırmalarına katkı sağladığı düşünülmektedir.

Bu araştırma gençlerin bedenlerine ilişkin memnuniyet ve memnuniyetsizliklerine yönelik düşüncelerini aile yaşam memnuniyeti çerçevesinde ele alması açısından önem arz etmektedir. Diğer taraftan sosyolojik olarak beden konusuna duyulan artan ilgiyle birlikte bedenle ilgili olarak yapılan araştırmalar çoğunlukla iletişim, görsellik, medya ve tüketim bağlamında yoğunlaşırken bu araştırmada zayıflama davranışlarının aile içi ilişkiler üzerinden ele alınması önemli bulunmuştur.

Şüphesiz toplumun dinamik kesimi olarak kabul edilen gençlere yönelik araştırmalar önemlidir ve bu alana ilişkin incelemeleri değişen toplumsal şartlara göre çeşitlendirmekte fayda vardır. Bu araştırmada konusu itibarıyla gençlik odaklı olup gencin aile yaşam memnuniyetini popüler bir davranış tipi olarak tanımlanabilecek “zayıflama” üzerinden değerlendirmektedir. Bu bağlamda bu araştırma Türkiye için zaten kısıtlı sayıda olan yaşam kalitesi / yaşam memnuniyeti araştırmalarına hem konu açısından hem de metot açısından bir katkı sağlayacaktır.

1.3. ARAŞTIRMANIN PROBLEM CÜMLELERİ

Bu araştırmanın temel problemi, gençlerin zayıflama davranışlarını aile yaşam kaliteleri/aile yaşam memnuniyetleri bağlamında ele almaktır. Bu bağlamda araştırmada beş ana problem cümlesi bulunmaktadır. Araştırmada öncelikli olarak gençlerin zayıflama davranışının nedenleri gençlerin bakış açısından anlaşılmaya çalışılmıştır. İkinci olarak, gençlerin zayıflamak için hangi yolları denedikleri belirlenmiştir. Üçüncü olarak, gençlerin zayıflama davranışlarında aile içi ilişkilerinin rolünü nasıl değerlendirdikleri üzerinde durulmuştur. Araştırmada dördüncü olarak, gençlerin zayıflama deneyimlerinin kendi yaşamlarında yarattığı sonuçlar belirlenirken beşinci ve son olarak da gençlerin zayıflama deneyimlerinin aile yaşamlarında yarattığı sonuçlar anlaşılmıştır.

18-24 yaş aralığındaki zayıflama davranışı olan gençlerle yapılan bu araştırmanın ana problem cümleleri ve alt problem cümleleri şu şekildedir,

1. Gençler zayıflama davranışlarını hangi nedenlere bağlı olarak açıklamaktadırlar?
 - 1.1. Genç için “zayıf beden” nasıl tanımlanmaktadır?
 - 1.2. Genç için zayıf bedene sahip olmak neden önemlidir?
2. Gençler zayıflamak için hangi yolları deneyimlemektedirler?
3. Gençler zayıflama davranışlarında, aile yaşam memnuniyetlerinin (aile bütünlüğü, aile içi ilişkiler-ebeveynler arası ilişkiler, ebeveyn ve genç ilişkisi, kardeşler arası ilişkiler-, aile içi sorumluluklar, karar alma süreçlerine katılım ve ebeveynlerin gence yönelik ilgisi) rolünü nasıl açıklamaktadırlar?
 - 3.1. Aile bütünlüğü gencin zayıflama davranışında rol oynamakta mıdır?
 - 3.2. Gencin aile içi ilişkilerdeki deneyimleri (ebeveynler arası ilişkiler, ebeveyn ve genç ilişkisi, kardeşler arası ilişkiler) gençlerin zayıflama davranışında rol oynamakta mıdır?

3.3. Anne ve babanın gence yönelik ilgisi gencin zayıflama davranışı göstermesinde rol oynamakta mıdır?

3.4. Gence aile içinde yüklenen sorumluluklar onların zayıflama davranışı göstermesinde rol oynamakta mıdır?

3.5. Gencin karar alma süreçlerine katılımı onların zayıflama davranışı göstermesinde rol oynamakta mıdır?

4. Gençlerin zayıflama deneyimlerinin kendi yaşamlarında yarattığı sonuçlar nelerdir?

5. Gençlerin zayıflama deneyimlerinin aile yaşamlarında yarattığı sonuçlar nelerdir?

1.4. ARAŞTIRMANIN LİTERATÜR TARAMASI VE TANITIMI

Bu araştırmanın literatür taraması ve tanıtımı bölümü çalışmanın konu, amaç, önem ve problem cümleleri çerçevesinde üç ana odakta şekillendirilmiştir. Literatür taramasının ilk odağını, gencin zayıflama davranışına ilişkin araştırmalar, ikinci odağını gencin aile yaşam memnuniyetinin öznel yönünü inceleyen araştırmalar ve son olarak da gencin zayıflama davranışı ile aile yaşam memnuniyetini bir arada ele alan araştırmalar oluşturmaktadır. Her üç odakta yapılan literatür taraması ve tanıtımı ulusal ve uluslararası alandaki araştırmalar dikkate alınarak yapılandırılmıştır.

1.4.1. Gencin Zayıflama Davranışına İlişkin Araştırmalar

Araştırmanın literatür taramasının ilk odağını gencin zayıflama davranışına ilişkin araştırmalar oluşturmaktadır. Literatür taramasının ulusal örnekleri incelendiğinde, zayıflama davranışı ile ilgili yapılan araştırmaların öncelikle sağlık bilimleri alanında sıklıkla tıp, beslenme ve diyetetik disiplinleri tarafından yapılırken sosyal bilimlerden ise psikoloji ve sosyoloji alanlarında yapıldığı

söylenebilir. Sağlık bilimlerinde zayıflama davranışı medikal boyutuyla ele alınırken; bu araştırmalarda (Gümüş 2014; Alemdar 2016; Demirel vd., 2005; Özkan 2017; Hamurcu vd., 2015) kilolu olmanın nedenleri, kilolu olmanın ve aşırı zayıflama davranışlarının bireylerin sağlıklarına etkisi, bireylerin beslenme alışkanlıkları ve sağlıklı kilo verme yollarına yoğunlaşıldığı görülmektedir.

Sosyal bilimler alanında ise zayıflama davranışını açıklayan sosyolojinin dışında psikoloji alanında Cihan ve Bozo (2012), Demiralp vd., (2015), Haspolat ve Kağan (2017), Kartal Yağız vd., (2016) ve Okumuşoğlu (2017)'nin araştırmaları bulunmaktadır. Bu araştırmalarda gencin psikolojik durumuna odaklanarak kilolu olma ve zayıflama davranışları depresyonla birlikte yalnızlık bağlamında ele alınmaktadır. Aynı zamanda bu araştırmalarda zayıflamak isteyen bireylerin beden kaygıları ve memnuniyetsizlikleri üzerinde durularak geliştirilen ölçeklerin Türkçe geçerlik ve güvenilirliklerine odaklanılmıştır. Örneğin bireyin bedenine ilişkin algısının psikolojik sonuçları üzerine odaklanan araştırmalardan biri olan Kartal Yağız vd., (2016) tarafından üniversite öğrencileriyle yapılan araştırmada, sosyal anksiyete bozukluğu yaygınlığının, sosyal anksiyete bozukluğu olanlarda öfke düzeyi ve öfke ifade tarzıyla beden imgesi ve yeme tutumu arasındaki ilişki araştırılmıştır. Bu araştırmanın sonucunda sosyal anksiyete bozukluğunda bireylerin beden imgelerinin ve yeme tutumlarının bastırılmış öfkeden etkilenebileceği ifade edilmiştir. Sosyal anksiyete bozukluğunun dışında beden imajı ve sosyal fobiye odaklanan araştırmalardan biri olan Haspolat ve Kağan (2017) tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinde sosyal fobinin yordayıcıları olarak, beden imajı ve benlik saygısının incelenmesi amaçlanmıştır. Sonuç olarak beden imajı ve benlik saygısı yükseldikçe sosyal fobinin azaldığı ifade edilmiştir.

Bireyin bedeni ve kendilik algısına karşı tutumlarıyla ilgili olarak yapılan ölçek uyarlama araştırmalarından biri de Demiralp vd., (2015) tarafından yapılmıştır. Bu araştırmada beden imgesinin yalnızca bireyin bedensel görünüşü ile sınırlı olmadığı belirtilerek beden imgesinin bireyin bedeni ve kendilik algısına karşı tutumlarını da içeren çok boyutlu bir yapı olarak ele alındığı vurgulanmıştır. Araştırmanın sonucunda Beden İmgisinin Yaşam Niteliğine Etkisi Ölçeğinin

(BİYNEÖ) Türk toplumunda kullanılmak için yeterli düzeyde geçerlilik ve güvenilirlik değerlerine sahip bir ölçek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde Cihan ve Bozo (2012)'da araştırmalarında bireylerin; beden kitle indekslerini dikkate almadan, normal ve / veya normalin altında kiloda oldukları halde zayıflama hapı kullanmaya yatkın olduklarını belirterek bu amaç kapsamında bir ölçek geliştirmişlerdir.

Bununla birlikte zayıflama davranışlarını sosyolojide ele alan araştırmaların kısıtlı olduğunu söylemek mümkündür. Konuyu Türkiye’de sosyolojik olarak ele alan araştırmalar incelendiğinde Şensoy (2013), Günindi-Ersöz (2010), Ulusoy vd., (2003), Demiray ve Çalışır (2016), Özcan-Demir vd., (2004), daha önce de belirtildiği gibi gencin zayıflama davranışının nedenlerini ve olası sonuçlarını ele almaktadırlar. Bu araştırmalarda; gencin kilolu ve/veya aşırı zayıf olmasının nedenleri aile, akran grubu ve sosyal faktörler bağlamında değerlendirilmiştir.

Ayrıca sosyolojik olarak yapılan araştırmaların (Işık 1998; Erden 2011; Nazlı 2004; 2005; 2006) özellikle beden sosyolojisi odaklı olduğu görülmektedir. Bu araştırmalarda beden kavramı tarihsel olarak ele alınmış ve bedenin sosyal inşası üzerinde durulmuştur. Örneğin Erden (2011), feminist yaklaşımla akıl-beden karşıtlığında “beden”e atfedilen temsili durumların kadını; akla atfedilenlerin erkeği simgelediği noktasından hareketle; aklın, bedeni dışlarken onunla özdeşleştirdiği kadın cinsiyetinin de dışlanan ve ötekileştirilen olduğunu belirtmektedir. Erden’e göre, sosyolojik bir analiz nesnesi ve/veya aracı olarak ‘beden’, kadın-erkek ilişkilerinde erkeğin iktidarının baskıcı ve tahakküm kurucu yönüyle birlikte, aynı zamanda modernliğin erkek egemen eril bakışının da bir eleştiri nesnesidir.

Diğer taraftan bireyin kilo durumunu medya ve tüketim bağlamında ele alan araştırmalar da bulunmaktadır. Bu araştırmalardan biri olan Şensoy (2013) tarafından yapılan araştırmada; medyanın söylemler aracılığıyla kişilerin bedenlerini baskı altına alması, diziler, reklamlar ve magazin programları aracılığıyla bu etkiyi daha da belirginleştirmesi ele alınmıştır. Bu çerçevede araştırmada iletişim ve medyanın gelişim süreci esas alınarak insan bedenine atfedilen anlamlar açıklanmıştır. Araştırmanın sonucunda, dizilerde yaratılan

beden imajlarının izleyicilere rol model olarak sunulduğu ve güzellik ideallerinin de dizi karakterleri çerçevesinde aktarıldığı vurgulanmaktadır. Günümüzde bedenin her türlü iletişim aygıtına açık olduğu ve çok yönlü bir etki altında olduğu ifade edilmektedir. Bedendeki değişimi tüketim bağlamında ele alan diğer bir araştırma ise Günindi Ersöz (2010) tarafından yapılmıştır. Günindi Ersöz (2010) bu araştırmasında, tüketim toplumunda bedenin de bir tüketim nesnesi haline geldiğini belirterek bedenin kendisine dayatılan güzel, zayıf ve seksi özellikleri barındırması gerektiğini sıfır beden kavramı çerçevesinde değerlendirmiştir. Benzer şekilde Demiray ve Çalışır (2016) tarafından yapılan araştırmada da; küreselleşme ve tüketim toplumuna vurgu yapılmıştır. Bu araştırmada kadın dergilerindeki “sağlık” konusu altında yayınlanan yazılar üzerinden yaratılmak istenilen kadın imajının belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın sonucunda incelenen dergilerde kadınlara genç, güzel, bakımlı, modern giyimli ve cazibeli olunması yönünde mesajlar verildiği ifade edilmiştir.

Sosyolojik anlamda zayıflamak amacıyla yanlış diyet uygulamaları sonucunda yeme bozukluğu gibi bireyde meydana gelebilecek olası sorunlara odaklanan araştırmalar da bulunmaktadır. Bu araştırmalardan biri olan Ulusoy vd., (2003) tarafından yapılan araştırmada, toplumsal cinsiyet farklılığı dikkate alınarak aile içinde kilo problemi konusundaki cinsiyet temelli kültürel bakışı ortaya çıkartmak amaçlanmıştır. Araştırmada gençler arasında görülme sıklığı giderek artan anoreksiya ve bulumiya nervozanın nedenleri toplumsal cinsiyet rolleri bağlamında ele alınmaktadır. Bu araştırmada hasta olma ve sağlıklı olma durumlarının sosyal ve kültürel faktörlerden etkilendiği vurgulanmıştır. Bu vurgunun sonucu olarak medyanın kadın bedeninin zayıflığını idealleştirerek gençlerde zayıf olan güzeldir şeklindeki kabulüne ulaşılmıştır. Aynı zamanda araştırmanın diğer bir sonucuda güzellikle ilgili toplumsal kabullerin genç kızları erkeklere göre daha fazla etkilediği şeklindedir.

Zayıflama davranışlarına ilişkin olarak yapılan araştırmalarda; genci zayıflama davranışına iten nedenler olarak küreselleşme ve küreselleşmenin bir sonucu olarak tüketim toplumu, kültürel beklentiler ve idealize edilen beden imajı gösterilmektedir. Dolayısıyla ülkemizde bu alanda akran ve aile faktörünün

incelendiği araştırmaların kısıtlı olduğu ve yeni araştırmalara ihtiyaç duyulduğu söylenebilir.

Şüphesiz yukarıda belirtildiği gibi kültürel beklentiler, tüketim ve medya gencin bedeninin şekillenmesinde önem taşımaktadır. Özellikle feminist yaklaşım tarafından kadın bedeninin zayıflama, sağlıklı yaşam ve moda gibi uygulamalarla baskı altına alındığı ve kadın bedeninin istenilen kalıba sokulmaya çalışıldığı belirtilmiştir. Bireyin gençlik döneminde arzulanan bedene sahip olma isteği daha fazladır. Sağlıklı olma adı altında kendisine sunulan güzel ve arzulanan bedene sahip olabilmek için genç zayıf olmayı/ “fit olmayı” istemekte ve bunun içinde diyet, zayıflama hapları, zayıflama çayları, aşırı spor yapma gibi yollara başvurmaktadır.

Zayıflama davranışlarıyla ilgili olarak yapılan ulusal araştırmalarda zayıflama davranışları tüketim, medya ve bedenin şekillendirilmesi bağlamında tartışıldığı söylenebilir.

Benzer şekilde zayıflama davranışlarını sosyolojik olarak inceleyen uluslararası araştırmalarda De Casanova (2004), Hawkins (2005), Hesse-Biber vd., (2004), Duke (2000), Abrams ve Stornier (2002), Logio (2003), Delaney, O'Keefe ve Skene (1997), Healy (2014), Lovejoy (2001), Saguy ve Gruys (2010) gencin zayıflama davranışının nedenlerini kültür, etnisite ve tüketim bağlamında ele almışlardır. Bu araştırmalarda kilolu olma durumu sağlıksız olmayla ilişkilendirilerek obezitenin olası olumsuz sonuçları vurgulanmış ve bireylerin kilo kontrolü yapmaları gerektiği bağlamında tartışılmıştır.

İdeal güzellik anlayışının modernleşmeyle birlikte değişime uğradığı söylenebilir. 20.yy'ın başına kadar, Amerika ve Avrupa'da zayıf olmak değil kilolu olmanın önemine dikkat çeken Klein (1996) ve Stearns (1997) bu dönemde kilolu olmanın zenginlik göstergesi iken, zayıf olmanın ise hastalıklı olmanın işareti olarak görüldüğünü belirtmektedir. Bununla birlikte Klein (1996) ve Stearns (1997) tarafından bazı kültürlerde, “dolgun” olmanın ödüllendirilen bir davranış olduğu ve genç kızların fiziksel görünüşlerinin önce babalarının -

daha sonra da eşlerinin- zenginliklerinin bir göstergesi olarak değerlendirilmekte olduğu ifade edilmektedir.

Toplum tarafından kilolu olmanın etiketlenmeye başladığı dönemden itibaren kilolu olma durumu veya kibar bir şekilde “obezite”nin hem tıbbi hem de sosyal bir problem olma özelliğini taşıdığını ise Laslett ve Warren (1975) tarafından vurgulanmıştır.

Zayıflama davranışlarını beslenme alışkanlıkları üzerinden etnik köken bağlamında ele alan araştırmalardan biri olan De Casanova (2004) araştırmasında Latin genç kızların kendilerinden beklenen sosyo-kültürel idealleri ve güzellik imajlarını hayatlarına uyarladıkları ve kendi bedenlerini bu noktada sıklıkla eleştirme eğilimi göstermekte olduklarını belirtmiştir. Sonuç olarak bu araştırmada Amerika’da ve diğer ülkelerde gerçekçi olmayan güzellik standartlarının genç kızlar arasında düşük özgüven ve sağlıksız yeme davranışlarına yol açtığı ifade edilmektedir. Benzer şekilde Logio (2003) tarafından da etnik köken ve algılanan beden büyüklüğü arasındaki ilişkiye değinilmiştir. Logio (2003), beyaz kadınlarda batılı güzellik ideallerine ulaşmak için sağlıksız yeme davranışları, zayıflama isteği ve yeme bozukluklarının yaygın davranışlarken Afrika kökenli Amerikalılarda aşırı yeme ve obezitenin yaygın olarak görüldüğünü belirtir. Buna dikkat çeken Lovejoy (2001) araştırmasında, Afrika kökenli Amerikalı ve beyaz kadınların beden imajı memnuniyetsizliği ve yeme problemlerini incelemiştir. Araştırmasının sonucunda Lovejoy (2001) Afrika kökenli Amerikalı kadınların beden imajı memnuniyetlerinin daha fazla olduğu ve bu durumun siyahi kadınlar arasında aşırı yeme ve obezite riskini beraberinde getirdiğini vurgular. Duke (2000) tarafından yapılan araştırmada, orta sınıf Afrika kökenli Amerikalı ve yerel Amerikalı genç kızların kadın dergilerindeki metinleri yorumlamaları istenmiştir. Duke (2000), araştırmasında dergilerde yer alan makyaj ve saç bakımı gibi önerilerin batılı güzellik idealine yönelik olduğunu ve bu önerilerin Afrika kökenli genç kızların çok ilgisini çekmediğini kendileriyle görüşülen beyaz genç kızların ise güzellik ideali konusundaki bu önyargının farkında olmadıklarını ifade etmiştir.

Zayıf olmayı etnik köken dışında medya ve tüketim bağlamında ele alan araştırmalarda (Saguy ve Gruys 2010; Boero 2007; Smith (2008) ise medyanın yazılı ve görsel olarak bireylere zayıf olmayı özendiren mesajlar ilettiği vurgulanmaktadır. Örneğin Saguy ve Gruys (2010) yaptıkları araştırmada, 1995-2005 yılları arasında obezite ve yeme bozukluklarıyla ilgili olarak yapılan haberlerdeki kilolu olmanın sosyal ve ahlaki anlamlarına bakmışlardır. Bu araştırmada, Amerika’da zayıflığın yüksek sosyal statü ve ahlaki erdem olarak ele alındığı vurgulanarak, şişmanlığın ise düşük sosyal statü, tembellik ve oburlukla ilişkilendirildiği belirtilmektedir. Araştırmanın sonunda incelenen haber metinlerinde beyaz genç kadınların anoreksiya ve bulimiya nervozanın “kurbanı” olarak sunulduğu ifade edilmektedir. Kilolu olma durumu ve aşırı yeme davranışı ise sıradan ve kötü bireysel seçimler olarak ele alınırken haber metinlerinde kilolu bireyleri suçlayıcı şekilde tedavilerine yönelik bir dil kullanıldığı vurgulanmıştır. Bu araştırmanın yanı sıra Boero (2007) geçtiğimiz son yirmi yılda obeziteye yönelik olarak yapılan bilimsel, tıbbi ve halk sağlığı alanındaki araştırmaların sayıca “fırladığını” belirtmektedir. Amerika’da medya, tıbbi dergiler ve halk sağlığı politikalarında obezitenin/kilolu olmanın salgın haline geldiği vurgulanmaktadır. Boero (2007) araştırmasında gazete ve dergilerde “Amerikalıların genişleyen bel çevresi” ve kilolu olma durumunun getirebileceği olası sağlık sorunlarıyla olan ilişkiye değinildiğini vurgulamıştır.

Uluslararası alanda zayıflama davranışlarını sosyolojik açıdan kültür, etnisite, tüketim ve küreselleşme faktörleriyle ele alan araştırmaların yanı sıra zayıflama davranışlarını sosyal bilimler perspektifinden aile ve aile içi ilişkiler bağlamında ele alan araştırmaların olduğu görülmektedir. Bu araştırmalardan biri Paff Ogle ve Lynn Damhorst (2003) tarafından anne ve kızlarının yeme alışkanlıklarını belirlemek için yapılmıştır. Bu araştırmada annelerin çocuklarına yönelik teşvik edici, korumacı, model alma ve serbest bırakmacı şeklindeki iletişim yaklaşımlarına bakılmıştır. Bu araştırmanın sonucunda annelerin genç kızlarına yaklaşımlarının kültürel bağlamda kızlarının beden imajı ve beslenme alışkanlıklarını etkilediği belirtilmiştir. Bu araştırmaya benzer şekilde Haworth Hoeppner (2000) ailenin zayıflık ve beden imajıyla ilgili kültürel mesajların aktarımındaki rolüne vurgu yapmaktadır.

Zayıflama davranışına yönelik olarak yapılan literatür taramasında; medya, tüketim, kültür, etnisite ve aile içi ilişkiler gibi birçok sosyal faktörün zayıflama davranışının oluşmasında rol oynadığı görülmektedir. Ayrıca zayıflama davranışları ile ilgili sosyolojik araştırmaların Türkiye’de daha kısıtlıyken uluslararası alanda ise daha yoğun olduğu söylenebilir.

1.4.2. Gencin Aile Yaşam Kalitesine / Aile Yaşam Memnuniyetine Odaklanan Araştırmalar

Araştırmanın literatür taramasının ikinci odağı gencin aile yaşam kalitesini / aile yaşam memnuniyetini inceleyen araştırmalar üzerine şekillenmiştir. Yaşam memnuniyeti araştırmaları çoğunlukla; yaşam kalitesi, çalışma yaşam kalitesi, örgütsel bağlılık, yaşlılık ve sağlıkla ilişkili olarak ele alınmakta ve bu bağlamda araştırmalar yapılmaktadır.

Ulusal literatürde aile yaşam kalitesi ve aile yaşam memnuniyetini sosyolojik açıdan ele alan araştırmalar sayıca az olduğu için öncelikle yaşam kalitesini ele alan araştırmalara değinilmiştir.

Türkiye için kapsamlı bir yaşam kalitesi göstergesi önerisinin sunulduğu *Türkiye Bilimler Akademisi Çevre Komitesi* (TÜBA, 2003) tarafından yapılan araştırma yaşam kalitesi kavramının incelenerek, yaşam kalitesini belirlemek için kullanılabilecek göstergelerin geliştirilebilmesi nedeniyle önem taşımaktadır.

Diğer taraftan yaşam kalitesini sosyolojik yönüyle ele alan az sayıdaki araştırmadan biri olan Aktaş Altunay ve Burcu (2003) araştırmalarında bireyler için nesnel bir ölçüt olarak tanımlanan “gelir” faktörünün bireylerin yaşamlarına dair memnuniyetleri üzerinde durarak, gelir düzeyindeki artışın memnuniyete olan etkisini cinsiyet bağlamında ele almışlardır. Bu araştırmanın sonucunda, gelirin bireylerin yaşam memnuniyetlerindeki önemi belirtilerek kadınların memnuniyetlerinin erkeklerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Aynı zamanda yaşam kalitesini; çevre, sürdürülebilirlik, yavaş şehirler, bireyin mekânla kurduğu ilişki bağlamında kent odaklı olarak ele alan sosyolojik

araştırmalarda bulunmaktadır. Yaşam kalitesini kentleşme bağlamında ele alan araştırmalardan biri olan Tatlıdil (2009) tarafından İzmir örneği üzerinden yapılan araştırmada İzmir'deki yeni yapılanmaların ve kültürel zenginliklerin, kentsel değerlerle yaşayan bireylerin yaşam kalitelerini belirleyici olduğu belirtilmektedir. Ayrıca, çağdaş kentlerin temel politikaları arasında kentteki bireylerin kimliklerinin de kentlerin yaşam kalitesinin yükselmesinde önemli rol oynadığı vurgulanmaktadır. İçli (2011) tarafından Denizli'de yapılan diğer bir araştırmada ise; kentsel dönüşüm konusu ele alınarak, kentsel dönüşümle yeni mekânlara taşınan bireylerin yaşam kalitelerinin yükseltilmesine yönelik hizmetlerin öncelikli bir biçimde sağlanması gerektiği vurgulanmaktadır. Yaşam kalitesini kentleşme açısından ele alan diğer bir araştırma da Tekeli (2010) tarafından yapılmıştır. Tekeli (2010) araştırmasında yaşam kalitesini gündelik yaşam odağında ele alarak, yaşam kalitesinin kentleşme ve mimarlık alanlarıyla olan ilişkisini tartışmıştır.

Ulusal literatürde yaşam kalitesi kentleşme dışında sosyolojik olarak çalışma yaşam kalitesi bağlamında da ele alınmıştır. Bu araştırmalardan biri olan Taşdemir Afşar (2011) tarafından vakıf ve devlet üniversitelerinde çalışan akademisyenler üzerinden karşılaştırmalı olarak yapılan araştırmada örgütsel bağlılık (duygusal, devam ve normatif) ve çalışma yaşam kalitesi arasındaki ilişki ele alınmıştır. Diğer taraftan iş hayatında mobbing sendromunun, iş yaşam kalitesine olan etkisi üzerinde duran Yücetürk (2005) araştırmasında; mobbing olgusunu, kavramsal olarak incelemiştir. Bu araştırmada yaşam kalitesine yönelen mobbing saldırılarıyla ilgili olarak bir örnek olay sunulmuş ve işyerlerinde mobbingi azaltmaya yönelik öneriler getirilmiştir.

Bu araştırmaların dışında ulusal literatür taramalarında aile yaşam kalitesi ve aile yaşam memnuniyeti üzerine odaklanan sosyolojik araştırmaların yaygın olmadığı söylenebilir. Aile yaşam memnuniyeti araştırmaları gençlik dönemine yoğunlaşmak yerine genel olarak aile bağlamında ele alınmıştır. Ayrıca ulusal literatürde aile yaşam memnuniyeti alanındaki araştırmaların, aile yaşam kalitesi odağında aile ve tüketici bilimleri ve sosyal hizmet alanlarında yoğunlaştığı anlaşılmaktadır. Bu araştırmalara örnek olarak (Aydiner Boylu ve Terzioğlu

2008; Özmete 2010 ve İçağasioğlu Çoban 2007) verilebilir. Aydıner Boylu ve Terzioğlu (2008) araştırmalarında; gelir düzeyi ve yaşam kalitesinin öznel göstergeleri arasındaki ilişkiyi açıklamak amaçlanmıştır. Araştırmada ailelerin gelir düzeylerine göre; iş, özel sağlık sigortası, tüketilen gıda gruplarının miktarı, tüketilen gıda gruplarının kalitesi, çocukları için özel kurslar, araba, konut ve konut şartları, boş zaman ve eğlenme faaliyetlerine ilişkin memnuniyetleri değerlendirilmiştir. Bireylerin aile yaşam kalitesi dinamikleri ile ilgili algıları ise, Özmete (2010) tarafından yapılan araştırmada incelenmiştir. Araştırmada aile yaşam kalitesi dinamikleri; aile bireyleri arasındaki etkileşim, ebeveynlerin sorumlulukları, duygusal refah, bedensel ve maddi refah başlıkları altında incelenmiştir. İçağasioğlu Çoban (2007) tarafından yapılan araştırmada da, Ankara örneği üzerinden ailelerin yaşam kalitelerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Ülkemizde, *'Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım' Fonu (UNICEF, 2015)* tarafından yapılan araştırmada çocukların gözünden çocuğun iyi olma hali göstergelerini geliştirmek amaçlanmış ve geliştirilen göstergeleri çocukların nasıl değerlendirdiklerine ve yeni alanların veya göstergelerin önerilme durumlarına odaklanılmıştır. Bu araştırmada, Türkiye'deki farklı yaş grupları, bölgeler, farklı sosyoekonomik koşullar ve çevrelerde yetişen çocukların deneyimleri ve bulundukları koşulları nasıl anlamlandırdıkları anlaşılmak istenmektedir.

Yaşam kalitesi ve yaşam memnuniyetinin çoğunlukla yetişkinler üzerinden ele alındığını belirten Huebner (2004)'da az sayıdaki araştırmacının gençlik yaşam kalitesi ve yaşam memnuniyetinin belirleyicileri üzerinde durduğunu ifade etmektedir.

Aile yaşam kalitesi ve aile yaşam memnuniyeti ile ilgili uluslararası literatür incelendiğinde ise, yapılan araştırmaların özellikle ulusal literatürde olduğu gibi psikoloji disiplini altında yürütüldüğü söylenebilir. Bu araştırmalardan biri olan Xu ve Jean (2013) araştırmalarında aile değerlerine odaklanmış ve aile üyeleriyle karşılıklı dayanışmanın önemine değinmişlerdir. Chang vd., (2003: 183) tarafından yapılan araştırmada da Çin'de çocukların kuvvetli aile değerleri

ve akrabalık ilişkileriyle yetiştirilmekte olduğu belirtilmekte ve bu değerlerin yaşamın temel mutluluğu olarak öğretildiği ifade edilmektedir. Bu öğrenme sürecinin/sosyalizasyon sürecinin ise tüm çocukluk ve ergenlik döneminde devam ettiği belirtilerek gencin aile yaşam kalitesi / aile yaşam memnuniyeti belirlenirken gencin kültürel değerleri ve normlarının göz ardı edilmemesi gerektiği vurgulanmaktadır. Diğer taraftan aile içi ilişkiler gencin yaşam kalitesinin açıklanmasında ve Diener ve Diener-McGavran (2008) tarafından da ele alınmıştır. Bu araştırmaların sonucunda da ebeveyn ve genç arasındaki pozitif ilişkinin gencin yaşam kalitesini yükselttiği belirtilmiştir.

Sosyolojik olarak bu çerçevede aile yaşam memnuniyetinin belirlenmesiyle ilgili olarak aile yapısındaki değişim ve düzensizlik durumunun gençlerin yaşamlarını nasıl etkilediğini araştıran Cavanagh (2008), ebeveynlerin medeni durumlarındaki değişikliğin gençlerin yaşamlarında önemli bir stres faktörü oluşturduğunu belirtir. Cavanagh (2008)'e göre, ebeveynlerden birisinin hayatını kaybetmesi veya aileye biyolojik olmayan ebeveynin dâhil olması çocuğun güvenlik duygusunu azaltmakta ve ev içi kurallarda belirsizlik yaratmaktadır. Aile yapısında meydana gelen bu değişim ve düzensizlik durumu aile ilişkilerinde ve ailenin gençten beklediği davranışlarda değişikliklere neden olabilmektedir.

Aile kurumu çocuğun güven ve eğitim gibi temel ihtiyaçlarını sağlayan bir kurum olmanın yanında sağladığı ekonomik imkânlarla da çocuğun yaşam memnuniyetini belirleyici olmaktadır. Özellikle aile yaşam kalitesinin ve aile yaşam memnuniyetinin belirlenmesinde nesnel göstergelerin ağırlıklı olarak çalışıldığı dönemlerde sosyo-ekonomik faktörler bağlamında araştırmalar yapılmış ve pek çok araştırmacı tarafından ailenin sosyo-ekonomik düzeyinin gencin iyi olma halini etkileyerek yaşam memnuniyetini belirlediği belirtilmiştir. Örneğin Louis ve Zhao (2002); yaş, cinsiyet, ırk ve eğitim durumu değişkenleri sabit tutulduğunda aile yapısı ve ailenin sosyo-ekonomik düzeyinin bireylerin yaşam memnuniyetini belirlediğini vurgulamışlardır. Lahikainen Riitta, Tolonen ve Kraav (2008:65) tarafından da ailenin ekonomik durumundan duyulan memnuniyet durumu; ebeveyn çatışmaları, ebeveyn sağlığı ve alkol problemi

çerçevesinde incelenmiştir. Diğer taraftan yeterli mali kaynaklara sahip ailelerde yetişen çocukların da yaşam memnuniyetleri çeşitlilik göstermektedir. Hatta yüksek ekonomik düzeyde yetişen ailelerin çocuklarından bazıları yüksek özgüvene sahipken bazıları düşük özgüvene sahip olabilmektedir. Axinn, Duncan ve Thornton (1997) tarafından da çocukların yaşam memnuniyetinin ailenin çocuklarının eğitim ve çocuklarının özgüvenleri için yaptıkları birikimle pozitif ilişkili olduğu ama ekonomik kaynaklarla bağlantılı olmadığı belirtilmektedir. Bu nedenle son dönemlerde yapılan araştırmalarda tek başına sosyo-ekonomik düzeye odaklanmak yerine yaşam kalitesini belirlemek için yaşam kalitesinin öznel göstergeleri de göz önüne alınmıştır.

Bu bağlamda aile yaşam kalitesi ve aile yaşam memnuniyeti araştırmalarında; aile sosyologları aile dinamikleri içerisinde ailenin (annenin) ekonomik durumunun kötüye gitmesinin yanı sıra, zayıf ebeveyn bağları ve çocukların aktivitelerinin ve davranışlarının kontrolü gibi aile içi ilişki süreçlerine araştırmalarında yer vermektedirler (Cavanagh, 2008). Kiecolt (2003)'un aile yaşam memnuniyetini aile üyelerinin çalışma saatleri üzerinden ele alan araştırmasında da uzun çalışma saatlerinin bireylerin aile yaşam memnuniyetlerini düşürdüğü vurgulanmıştır.

Gencin aile yaşam kalitesi ve yaşam memnuniyetine ilişkin sosyolojik olarak Proulx, Helms, ve Buehler (2007), Furstenberg ve Hughes (1995), Otto (1986), Crosnoe ve Cavanagh (2010) tarafından yapılan araştırmalarda da aile fonksiyonu, ebeveyn-çocuk ilişkisinin kalitesi, ebeveyn-çocuk çatışması, aile içi çatışmaların gençler tarafından nasıl değerlendirildiği, gencin aile içindeki konumu, ebeveynleriyle kurduğu ilişki, aile içi sorumlulukları, aile içi karar alma süreçlerine katkısı ve ebeveynlerin gence ilgisi üzerinde durulmuştur. Örneğin Otto (1986), ebeveynlerin gençlerin yaşamlarındaki öneme dikkat çekerek ebeveynlerin, çocuklarının hayatında fark yaratabileceklerini vurgulamıştır. Bunun için ebeveynlerin gençlik ve aile hizmetleri sağlayan kurumlar tarafından desteklenmeleri gerektiği ifade edilmiş ve gençlerin yaşam kalitelerini artırmak için ebeveyn desteğinin önemi belirtilmiştir. Araştırmasında aile içi ilişkiler üzerinde duran Proulx, Helms, ve Buehler (2007) ise, ebeveynler arasındaki

çatışma durumunun gençlerin dışa dönük veya içe kapanma şeklindeki davranışlarıyla bağlantılı olduğunu belirtmiştir. Furstenberg ve Hughes (1995) tarafından yapılan araştırmada da, gencin sosyal sermayesi, ailesinin sosyal ilişkilerinin niceliği ve niteliği üzerinden ele alınmıştır. Furstenberg ve Hughes (1995)'ın araştırmalarının sonucunda sosyal sermayenin farklı türlerinin (aile bireylerinin kaynakları, toplumsal ağları), genç için erken yetişkinlik döneminde çeşitli başarı alanları ile ilişkili olabileceği belirtilmiştir. Bu durumun gencin yaşam memnuniyetinde de belirleyici rolünün olduğu söylenebilir. Aile yaşam kalitesini öznel boyutuyla ele alan az sayıdaki sosyolojik araştırmadan biri olan Krahn, Gartrell ve Larson (1981) araştırmalarında demografik özelliklerin aile yaşam memnuniyetinde etkili olmadığını fakat akrabalarla olan etkileşimin bireylerin aile yaşam memnuniyetlerini arttırdığını belirtmektedir.

1.4.3. Gencin Zayıflama Davranışı İle Aile Yaşam Kalitesini / Aile Yaşam Memnuniyetini Birlikte Ele Alan Araştırmalar

Literatür taraması ve tanıtımının üçüncü ve son odağını zayıflama davranışı ile aile yaşam kalitesini / aile yaşam memnuniyetini bir arada ele alan araştırmalar oluşturmaktadır. Yapılan ulusal literatür taramaları sonucunda zayıflama davranışları ve aile yaşam memnuniyetini ele alan araştırmaların; beslenme, diyet, beden imajı ve yeme bozukluklarıyla aile yapısı ve aile içi ilişkiler bağlamında yapıldığı görülmektedir.

Psikoloji alanında Ertuğ Toker ve Hocaoglu (2009) tarafından yapılan araştırmada yeme bozukluğunun nedenleri aile yapısı içerisinde ele alınmaktadır. Araştırmada yeme bozukluğu davranışlarında son elli yıl içerisinde artış görüldüğü belirtilerek, yeme bozukluğunun nedenleri arasında ise; aile yapısı, yeme bozukluğu olan bireyler ve ailesi arasındaki ilişkiler üzerinde durularak, bireyin ebeveynleriyle kurduğu ilişkinin yeme bozukluğunda rol oynadığı belirtilmektedir. Sonuç olarak araştırmada aile bireyleri arasındaki iletişimin önemi vurgulanmaktadır. Benzer şekilde yine psikoloji alanında Kaya, Yiğittürk ve Yalvaç (2003) araştırmalarında anoreksiya nervozanın;

aileesel, ruhsal ve sosyo-kültürel yönlerle birlikte bilişsel-davranışçı temellerinin anlaşılması açısından daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulduğunu belirtilmektedirler. Bununla birlikte yeme bozukluklarının ortaya çıkmasında sosyo-kültürel ve genetik faktörlerin dışında aile etkileşimine yönelik çalışmaların yeme bozukluğunun sürekliliğine neden olan faktörler hakkında fikir verilebileceğini Maner (2001) ifade etmiştir.

Psikoloji dışında beslenme ve diyetetik alanıyla birlikte halk sağlığı alanında da obezite ve beslenme alışkanlıklarıyla ilgili olarak araştırmalar yapılmaktadır. Erenoğlu Son (2004) araştırmasında obez bireylerin obez olmayan bireylere göre depresif ve kaygılı olduklarını belirterek, obez bireylerin beden algılarının ve yaşam kalitelerinin de düşük olduğunu ifade etmiştir. Aynı zamanda araştırmanın sonucunda obez bireylerin kilolarına bağlı olarak toplumsal önyargılar yaşadıkları ve bu durumun obez bireylerin sosyal hayatlarını olumsuz olarak etkilediği bulunmuştur.

Ulusal literatür incelendiğinde sosyolojik açıdan aile içi ilişkiler ve beslenme alışkanlıklarının ilişkisi noktasında Özcan Demir vd., (2004) tarafından yapılan araştırma dikkat çekmektedir. Bu çalışmada gençlerin beslenme alışkanlıklarının aile içinde kazanıldığına vurgu yapılarak anne babanın kilo problemi ve kilo kontrolü konusunda rol modeli oluşturması, çocuk bakım yaklaşımı ve aile içi sorumlulukların paylaşımı arasındaki ilişkilere bakılmıştır.

Ulusal literatürde zayıflama davranışı ve yaşam memnuniyetini birlikte ele alan araştırmalar kısıtlı olsa da bu alanda uluslararası araştırmalar daha yoğun olarak yapılmaktadır. Öncelikle olarak sağlık alanında, kilolu olmanın bireyin sağlığı ve yaşam kalitesini üzerindeki etkilerine yönelik araştırmalar (Sarlio-Lähteenkorva 2001, Wang vd., 2013, Kog, Pierloot ve Vandereycken 1983, Vandereycken 1987, Hasenboehler vd., 2009) bulunmaktadır. Bu araştırmalardan biri olan Sarlio-Lähteenkorva (2001) tarafından yapılan çalışmada kilo vermenin bireyin iyi olma hali ve yaşam kalitesi üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda kiloyla ilgili olarak tıbbi ve sosyal baskıların bulunduğu belirtilerek, özellikle kadınlar için kilolu olma durumunun

sosyal ve ekonomik dezavantaj yarattığı vurgulanmıştır. Wang vd., (2013)'de, araştırmasında gençler arasında kilolu olma durumunun sağlıkla ilgili yaşam kalitesini olumsuz olarak etkilediğini ifade etmiştir. Hasenboehler vd., (2009) tarafından yapılan araştırmada ise, çocukların beden kitle indeksleri, anne ve çocuğun yeme davranışlarıyla birlikte aile yapısı üzerinde durularak ele alınmıştır.

Bireylerin kilolu olma ve zayıf olma durumuyla birlikte beslenme bozuklukları veya yeme davranışlarını psikolojik açıdan yaşam kalitesi bağlamında ele alan araştırmalardan biri olan Rusticus, Hubley ve Zumbo (2008) tarafından yapılan araştırmada da, yaş ve cinsiyet değişkenleri odağında beden imajı ve yaşam kalitesi arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan araştırmada kadın ve erkeklerin yaşam kalitelerinin beden imajlarından etkilendiği belirtilmiştir. Wozniak, Rekleiti ve Roup (2012) araştırmalarında anoreksiya nervozanın; psikolojik faktörler merkezinde sosyal, biyolojik ve kültürel faktörlerden etkilendiğini belirterek günümüz modern toplumunda aile bağlarının zayıfladığını ve ailece birlikte geçirilen sürelerin kısalarak yeni önceliklerin geldiğini ifade etmişlerdir. Bu nedenle araştırmalarında anoreksiya nervozanın gelişimindeki sosyal ve ailevi faktörler üzerinde durmuşlardır. Benzer şekilde araştırmalarında ebeveyn baskısı, aile bütünlüğü ve ebeveyn yakınlığı gibi aile faktörlerinin önemini vurgulayan Littleton ve Ollendick (2003) çocuklar ve gençler arasında beden imajı memnuniyetsizliği ve yeme bozukluğu davranışlarının yaygınlığına değinmişlerdir.

Sosyoloji disiplini tarafından gencin yeme davranışlarını geliştirmesinde ailenin rolünü ele alan az sayıda araştırma bulunmaktadır. Yapılan literatür taramaları sonucunda bireyin yeme davranışlarının şekillenmesinde ve bireyin kilosuna yönelik olarak yapılan araştırmalarda aile kurumunun toplumsal kabullerin aktarılması yönündeki rolüne vurgu yapıldığı görülmektedir. Bu bağlamda Haworth Hoeppner (2000) tarafından yapılan araştırma zayıf olmaya dair kültürel ideallerin aktarılmasına ailenin nasıl aracılık ettiği ve aile üyelerine bu mesajların nasıl iletildiği üzerinde durduğu araştırma önem taşımaktadır. Haworth Hoeppner (2000) araştırmasında ebeveynlerin çocuklarının yeme

davranışları ile ilgili endişeleri, ebeveynlerin çocuklarının kilolarını veya görüntülerini eleştirmeleri ve çocuklarının kilolarına yönelik olumsuz davranışlarını ele almıştır. Carey (2009)'de araştırmasında medyanın hâkim güzellik algısının üretilmesindeki rolüne değinirken aile kurumunun öneminden söz etmiştir. Daha açık bir ifadeyle Carey (2009) araştırmasında bedenle ilgili olarak medyada üretilen söylemlerin bireyin kendi bedenine ilişkin düşüncelerini ve bedenine ilişkin deneyimlerini etkilediğini belirterek söylemlerin bireye ulaşmasında temel olarak aile kurumunun rolüne değinmiştir. Bununla birlikte MacSween (1989) anoreksik bedene sosyolojik olarak feminist bakış açısından açıklamalar getirmiştir. Bu çalışmada MacSween (1989) anoreksiyanın özellikle orta sınıf Batı toplumlarında yaşayan kadınları etkilediğini belirterek, sınıf ve toplumsal cinsiyetle anoreksiya arasında güçlü bir ilişki olduğunu vurgulamıştır. Araştırmasında bedeni sosyolojik olarak ele alarak, bedenin sosyal yaşam içerisinde inşa edildiğini ifade etmiş ve bedenin kültürel kategorileri yansıttığını söylemiştir. Ayrıca feminist söylem bağlamında bir sosyal kurum olarak ailenin kadınlar üzerinde kontrol sağladığı ifade ederek, bu söylem çerçevesinde kültürel olarak aile kurumunun; arkadaşlık, okul, iş hayatındaki cinsiyet ayrımcılığı gibi heteroseksüel söylemleri yeniden yeniden ürettiğini vurgulamıştır. Araştırmasının sonucunda MacSween (1989) anoreksiyaya tek başına çözüm getirilemeyeceğini ancak feminist eylemlerle birlikte hareket edilerek mücadele edilmesi gerektiğini belirtmiştir.

Bu araştırmanın konusu çerçevesinde yapılan ulusal ve uluslararası taramalarda zayıflama davranışına gencin aile içi ilişkileri üzerinden bakan araştırmaların kısıtlı olduğu görülmektedir. Öncelikle araştırmalarda kilolu olmanın sağlık açısından ele alınması ve kilonun bireyin sağlığına yönelik olumsuz etkileri üzerinde durulmuştur. Bununla birlikte günümüzde zayıf olmaya verilen değerle birlikte kilolu olma durumunun bireylerde yarattığı kaygı, beden imajı memnuniyetsizliği ve özgüven eksiklikleri ise psikolojik açıdan ele alınmıştır. Diğer taraftan yapılan sosyolojik araştırmalarda modernleşme ve modern toplum yapısı sonucu bedene atfedilen değerler ve bu değerlerin öncelikle aile içerisinde kültürel olarak inşa edilmesi konunun sosyolojik yönünü ortaya koymaktadır. Özellikle yaratılan ideal beden imajının medyanın yazılı ve

görsel kanallarıyla dağıtımı üzerinden ele alındığı görülmektedir. Aynı zamanda sosyolojik açıdan beden konusu tüketim bağlamında da ele alınmış ve tüketimin öncelikli olduğu modern toplum yapısında bedene de tüketilen bir nesne olarak bakıldığı anlaşılmıştır.

1.5. ARAŞTIRMANIN METODU

1.5.1. Araştırmanın Tasarımı

Araştırmanın metodu araştırmacının hedeflediği sonuçlara doğru yol almasındaki en önemli rehberdir. Bu kapsamda araştırmacının metodunun netliği önem taşımaktadır. Araştırmanın iyi bir dizayna sahip olmasını bir gemiye benzeten Maxwell (1996)'ın da belirttiği gibi iyi dizayn edilmiş bir gemi gibi iyi dizayn edilmiş bir araştırma da, araştırmacının güvenli ve etkili bir şekilde hedefine ulaşmasını sağlamaktadır. Zayıf bir araştırma dizaynı ise, bütünü meydana getiren parçaların iyi bir şekilde bağlantılandırılmaması ve uyumsuz olması nedeniyle, araştırmacının amacına ulaşamamasına neden olmaktadır. Bu bağlamda bu araştırmada benimsenecek metod nitel araştırma yöntemidir.

Bir kuramı test etme iddiası olmayan ve araştırmacının sosyal dünyaya dahil olarak verilerin bireylerin anlam dünyalarından toplanması şeklindeki metodolojik kabulüyle yorumsamacı yaklaşımda; Mcleod, (2001) ve Silverman (2001)'in da belirttiği üzere hipotezi test etmek yerine toplumsal konu hakkında derinlemesine anlamak amaçlanmaktadır. Nitel araştırmalar keşfedilmemiş olanı anlama çabasıyla yapılmaktadır. Bu çaba nitel araştırmanın tanımında da ortak nokta olarak dikkat çekmektedir. Nitel araştırmaların sosyal dünyada üstü kapalı olan anlamları ortaya çıkartmak, anlamların nasıl oluşturulduğu ve paylaşıldığı bağlamı anlamak için yapılmakta olduğunu Glaser ve Strauss (2006) vurgulamışlardır. Creswell (1998)'de nitel araştırmayı sorgulayan bir anlama süreci olarak ifade etmiştir. Nitel araştırmadaki anlama çabasıyla ilgili olarak ise, Butler (2015:167) iletişim halindeki bireyler arasında sürekli olarak karşılıklı bir mesaj alışverişi bulunduğunu ve bu mesajların anlamlarının

sosyolojik anlama çabasının merkezinde yer almakta olduğunu belirtmektedir. Butler (2015) anlamları yakalamayı amaçlamak isteyen akademisyenler için nitel araştırmaların önem taşımakta olduğunu vurgulamıştır.

Bu çerçevede bu araştırmada, yorumsamacı yaklaşımın belirtilen kabulünden hareket edilerek zayıflama davranışı olan gençlerin dünyasından zayıflama davranışının nedenlerine ve sonuçlarına aile ilişkileri odaklı bakılmıştır.

Daha açık bir ifade ile, gençlerin bakış açıları üzerinden gençleri zayıflamaya iten nedenler ve zayıflama davranışlarının gençlerin hayatlarındaki sonuçları aile içi ilişkiler bağlamında anlaşılacak istenmiştir. Dolayısıyla bu araştırmanın tasarımı zayıflama davranışı olan gençlerin aile içi ilişkilerini, gençlerin gözünden derinlemesine anlamaya çalıştığı için nitel araştırma olarak benimsenmiştir.

1.5.2. Araştırmanın Veri Toplama Süreci

1.5.2.1. Veri Toplama Tekniği Olarak Derinlemesine Görüşme

Yaşam kalitesi ve yaşam memnuniyeti sağlık ve sosyal bilimlerden birçok disiplin tarafından farklı yönleriyle ele alınmaktadır. Bu durum Diener, Oishi ve Lucas (2003) ve Diener, Sapyta ve Suh, (1998) tarafından da yaşam kalitesinin karmaşık bir yapıya sahip olması şeklinde belirtilmiş ve sonuç olarak konunun farklı metodolojik yaklaşımlarla çalışıldığı ifade edilmiştir.

Yaşam kalitesini nesnel göstergeler üzerinden inceleyen araştırmalarda pozitivist paradigmadan hareketle nicel araştırma yöntemlerinin kullanımları söz konusudur. Bu araştırmalarda araştırmacılar rakamsal derecelendirmeye dayalı anket veya ölçekler kullanmaktadırlar. Araştırmacıların bireyin deneyimini-algısını anlamaya çalıştığı noktada ise, (örneğin izlenimleri ve eylemlerini) nitel veri toplama teknikleri devreye girmektedir. Nitel veri toplama teknikleri bireysel bakış açısını ve deneyimleri anlamak için uygun teknikler olma özelliğini taşımaktadırlar (Evaluation and synthesis of studies using qualitative methods of analysis 2012:5 ve Moffat vd., 2009, s. 180).

Bu noktada yaşam kalitesini nitel yöntemler aracılığıyla incelemenin bireylerin duygu, algı ve tutumlarını derinlemesine olarak anlama imkânı sağlamakta olduğunu belirtmekte fayda vardır. Nitel araştırmalar aracılığıyla bireylerin iyi olma durumları ve memnuniyetleri hakkında derinlemesine anlamalar sağlanmakta ve yaşam kalitesi literatürü zenginleşmektedir (Tonon 2012, s. 47-58). Nitekim Dunning (2004) tarafından da yaşam kalitesi araştırmalarında katılımcılarla ilgili geniş bir veriye ihtiyaç olması durumunda araştırmacı tarafından derinlemesine görüşme gibi nitel veri toplama tekniğinin kullanılması gerektiği belirtilmektedir.

Bununla birlikte, bireylerin yaşam kalitesi algıları onlara özgü yani tektir. Bireysel kaygıları herhangi bir aracı olmadan ortaya çıkartmak sonuç olarak bireyin deneyimlerinin tamamına ulaşmak için yaşam kalitesinin nitel veri toplama teknikleri kullanılarak tespit edilmesi önem taşımaktadır (Moffat vd., 2009, s. 179).

Bu bağlamda bu araştırmada da öncelikli olarak aile yaşam memnuniyeti tanımlanmıştır. Daha sonra yapılan tanım çerçevesinde aile yaşam memnuniyetinin öznel göstergeleri (aile bütünlüğü, aile içi ilişkiler-ebeveynler arası ilişkiler, ebeveyn-genç ilişkisi, kardeşler arası ilişkiler- aile içi görev ve sorumluluklar, ebeveynlerin gence yönelik ilgisi, karar alma sürecine katılım) belirlenerek nitel araştırma yöntemi ile katılımcıların bu göstergeler çerçevesindeki değerlendirmelerine ulaşılmıştır.

Bu araştırma, nitel araştırma çatısı altında yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığıyla derinlemesine görüşme tekniği kullanılarak yapılmıştır. Araştırmada derinlemesine görüşmelerle gençlerin bakış açısından zayıflama davranışına ilişkin anlatıları detaylı bir şekilde anlaşılacak istenmektedir. Patton (2002, s. 341) tarafından nitel araştırmanın katılımcının bakış açısını yakalama imkânı sağladığı vurgulanmıştır. Görüşmeler, araştırmacıya katılımcıların bakış açısındaki anlamların bulunmasını ve görünür hale gelmesini sağlamaktadır. Araştırmacı görüşme sürecinde katılımcıların hikâyelerini toplayarak katılımcıların aklında ne olduğunu öğrenmektedir. Aynı zamanda derinlemesine

görüşme, görüşme yapılan “özne”yle mülakat aşamasında aktif olarak anlamların ve “deneyimsel bilginin” oluşturulması süreci olma özelliğini taşımaktadır (Holstein ve Gubrium, 2011:151 aktaran Conlon vd., 2015, s. 42).

Araştırmanın veri toplama tekniği derinlemesine görüşme olarak belirlenmiş ve yarı yapılandırılmış görüşme formu oluşturulmuştur. Yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığıyla zayıflama davranışı olan bireylerle araştırmanın problem cümlelerine cevap aranmıştır.

Görüşmelerde kullanılan yarı yapılandırılmış görüşme formu araştırmacıya izlemesi gereken bir kılavuz olurken katılımcıların ifadelerini derinlemesine olarak anlama imkânı tanıyan sorular sorulmakta ve katılımcılardan alınan ifadelerle veri zenginliği arttırılmaktadır. Aynı zamanda yarı yapılandırılmış görüşme formu katılımcılardan alınan cevaplara bağlı olarak görüşme sırasında araştırmacı tarafından doğal bir akış halinde soruların sorulmasına izin vermektedir. Yarı yapılandırılmış görüşme formu, görüşme sürecinde araştırmanın amacına uygun olarak geliştirilen soruların açık ve esnek bir ortamda sorularak görüşmenin gelişmesine katkı sağlamaktadır (Simon vd., 2011, s. 191).

Bu bağlamda yarı yapılandırılmış görüşme formu araştırmanın amaçları çerçevesinde beş ana odakta şekillendirilmiştir. Görüşme formunda ilk olarak gençlerin zayıflama davranışı sürecine nasıl girdikleri yani gençleri zayıflamaya iten nedenleri belirlemek için sorular sorulmuştur. İkinci olarak, gençlerin zayıf bedene sahip olabilmek için neler yaptıklarını anlamaya yönelik olarak sorular hazırlanmıştır. Üçüncü olarak, gençlerin zayıflama davranışını aile içi süreçler üzerinden nasıl anlamlandırdıklarını belirlemek için aile yaşam memnuniyetinin öznel boyutları kapsamında sorular oluşturulmuştur. Son olarak da, gençlerin kilo durumlarının kendi yaşamlarında ve aile yaşamlarında hangi sonuçları yarattığını belirlemek için yarı yapılandırılmış görüşme formu hazırlanmıştır.

Hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formu üniversitede öğrenim gören bir katılımcı ile pilot uygulama yapılarak değerlendirilmiştir. Bu pilot uygulama

sonucunda derinlemesine görüşme formu gözden geçirilerek bazı düzenlemeler yapılmış ve formun son hali oluşturulmuştur.

1.5.2.2. Katılımcılar

Nitel araştırmada araştırmacı karmaşık ve bütünsel bir resim çizmekte, kelimeleri analiz etmekte ve görüşülen kişilerin görüşlerini detaylı bir biçimde ifade etmektedir. Bu kapsamda nitel araştırmalar için önemli olan küçük araştırma grubundan zengin verilere ulaşarak anlatılardaki bağlamsal derinliği ve ilişkiselliği yakalamaktır (Payne ve Williams, 2005 aktaran Buetow 2014, s. 3). Nitel araştırma tekniklerinin kullanıldığı araştırmalarda, araştırmacı; “kaç tane” ve “ne kadar” sorularına yanıt aramak yerine “ne”, “nasıl” ve “neden” sorularına yanıt arayarak incelemiş olduğu sosyal dünyanın derinlemesine tasvirini yapmayı amaçlamaktadır. Bu amaç kapsamında önemli olan araştırmacı için kaç kişi ile görüşme yaptığı değil, görüşme yaptığı kişilerden sorularına aldığı yanıtlardır. Daha açık bir ifadeyle veri toplama sürecinde temel prensip araştırmacının veri doyumuna (data saturation) ulaşmasıdır. Veri doyumu, araştırmacının veri toplama sürecinde elde ettiği verilerden yeni bilgilere ulaşamadığı noktaya gelmesi anlamını taşımaktadır (Patton ve Cochran 2002, s. 3).

Bu doğrultuda katılımcılardan alınan cevapların birbirini tekrar etmesi nedeniyle 17 katılımcı ile araştırmanın verileri toplanmıştır.

Katılımcıların seçilmesinde medikal bir bakışla gençlerin “beden kitle indeksleri” üzerinden hareket edilmemiştir. Katılımcı seçiminde önemli olan katılımcıların kendilerini ‘kilolu’, ‘şişman’, ‘zayıflaması gereken bir bedene sahip olan’ şeklinde görmeleridir. Ayrıca katılımcı seçiminde dikkat edilen bir diğer nokta da gençlerin yukarıda belirtilen düşüncelerine bağlı olarak ‘zayıflama davranışında bulunmaları’dır.

Araştırmada katılımcılara öncelikle anahtar kişi aracılığıyla sonrasında da kartopu tekniği kullanılarak ulaşılmıştır. Araştırmanın saha süreci 4 Ağustos

2017 - 2 Aralık 2017 tarihleri arasında 17 katılımcı ile derinlemesine görüşmeler yapılarak tamamlanmıştır.

Katılımcılarla yapılan görüşmeler ortalama olarak 1.30 saat sürerken, en kısa görüşme 49 dakika, en uzun görüşme ise 3 saat 20 dakika sürmüştür.

Araştırmanın verileri, katılımcıların onayıyla digital olarak kayıt altına alınmıştır. Ses kaydı alınmasını istemeyen bir katılımcıyla yapılan görüşmede katılımcı onayıyla görüşme sırasında not tutulmuştur. Aynı zamanda katılımcılarla kolay iletişim kurabilmek için görüşmeler, katılımcıların kendilerini daha rahat hissedecekleri katılımcılar ve araştırmacı tarafından ortak belirlenen yerlerde gerçekleştirilmiştir.

Araştırmada kod isimleri; Nur, Duru, Lale, Özlem, Sema, Burcu, Yeliz, Yeşim, Melek, Hakan, Murat, Hilal, Semra, Sevgi, Yıldız, Meltem ve Aslı olarak belirlenen katılımcılar zayıflama davranışı göstermektedirler. Katılımcıların sosyo-demografik bilgileri tabloda yer almaktadır.

Tablo 1: Katılımcıların Sosyo- demografik Özellikleri

Katılımcılar	Yaş	Cinsiyeti	Eğitim Durumu	Doğduğu yer	Yaşamını en çok geçirdiği yer
Nur	21	Kadın	Üniversite Öğrencisi	İl	İrak
Duru	23	Kadın	Üniversite Öğrencisi	Köy	Konya
Lale	19	Kadın	Üniversite Öğrencisi	İl	Ankara
Özlem	21	Kadın	Üniversite Öğrencisi	İl	Ankara

Sema	24	Kadın	Lisans mezunu	İl	Tekirdağ
Burcu	22	Kadın	Ortaokul mezunu	Köy	Muş
Yeliz	22	Kadın	Üniversite Öğrencisi	İlçe	Adıyaman
Yeşim	19	Kadın	Üniversite Öğrencisi	İlçe	Zonguldak
Melek	21	Kadın	Öğrencisi Üniversite	İlçe	Antalya
Hakan	20	Erkek	Öğrencisi Üniversite	İlçe	Tekirdağ
Murat	21	Erkek	Öğrencisi Üniversite	İlçe	Tekirdağ
Hilal	22	Kadın	Üniversite Öğrencisi	İl	İstanbul
Semra	20	Kadın	Üniversite Öğrencisi	İlçe	Çorum
Sevgi	24	Kadın	Üniversite Öğrencisi	İl	Batman
Yıldız	24	Kadın	Üniversite Öğrencisi	İl	İzmir
Meltem	20	Kadın	Üniversite Öğrencisi	İl	Ankara
Aslı	20	Kadın	Üniversite Öğrencisi	İl	Ankara

1.5.2.3. Aydınlatılmış Onam ve Etik

Tüm disiplinler tarafından yapılan araştırmalarda gerek nicel tekniklerin kullanılması gerekse de nitel tekniklerin kullanılmasında araştırmacıya araştırma sürecini yönetme, araştırma sorularının hazırlanması, katılımcılara ulaşma, katılımcı hakları, sahadan ayrılma gibi konularda önemli sorumluluklar düşmektedir.

Ülkemizde araştırmalar için ulusal düzeyde belirlenmiş etik ilkeler bulunmamaktadır. Ancak araştırmaların yürütüldüğü üniversitelere göre farklılık gösteren komisyonlar ve kurullar tarafından belirlenen kriterler söz konusudur. Bu araştırmanın izni de 11 Temmuz 2017 tarihli Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu Toplantısı'nda alınmıştır.

Nitel araştırmada dikkat edilmesi gereken etik prensipler Beauchamp ve Childress (1983) tarafından; araştırmacının, araştırmaya katılanların bireysel haklarına saygı duyması, katılımcılara yönelik iyi davranış, katılımcılara zarar vermeme ve katılımcılara karşı adil ve eşit olma şeklinde belirtilmiştir. Aynı zamanda Dickson Swift (2008) ve Lee (1993) tarafından da araştırmacının veri toplama aşamasında bireysel veya grup içinde katılımcıların hikâyelerini paylaşımlarıyla başlayıp, analiz ve yayınlanma aşamalarında da devam eden katılımcı için hassas olan söylemlere dikkat etmesi gerektiği vurgulanmıştır.

Bu nedenlerle bu araştırmada katılımcı grubu olarak belirlenen gençlerin haklarını korumak için katılımcıların gerçek isimleri ve adres bilgileri saklanmış ve katılımcılara kod isimler verilmiştir.

Araştırmacı tarafından katılımcılara; araştırmanın konusu ve yarı yapılandırılmış görüşme formunda yer alan sorularla ilgili bilgiler aydınlatılmış onam bağlamında sözlü olarak aktarılmıştır. Araştırmacı tarafından katılımcılara araştırmaya katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğu ve kendilerine herhangi bir ödeme yapılmayacağına bilgisi verilerek, araştırmadan istedikleri zaman ayrılacakları söylenmiş, ayrıldıkları aşamada da mevcut verilerin araştırma kapsamında kullanılmayacağı ifade edilmiştir. Bununla birlikte katılımcılara

kişisel bilgilerinin araştırma süresi ve sonunda üçüncü kişi ve kurumlarla paylaşılmayacağı ve araştırmacıda kalacağı konusunda da gerekli bilgilendirmeler yapılmıştır.

1.5.3. Araştırmanın Veri Analiz Süreci

Araştırmanın veri analizi öncelikli olarak yapılan derinlemesine görüşmelerin deşifre edilerek transkriptlerinin çıkartılmasıyla başlamıştır. Görüşmelerin deşifresi devam ederken aynı zamanda kartopu tekniğinin bir getirisi olarak çalışmaya yeni dâhil olan katılımcılarla görüşmeler yapılmaya devam etmiştir. Miles ve Huberman (1994) tarafından da veri toplama ve veri analizi süreci araştırmanın en başından itibaren iç içe geçmiş süreçler olarak belirtilmektedir. Maxwell (1996, s. 77) tarafından ise veri analizinin “ilk görüşmeden hemen sonra başladığı” ve araştırma süresince devam ettiği ifade edilmektedir. Bununla birlikte veri toplama ve veri analizi iç içe geçen süreçlerken Denscombe (2007)’de nitel veri analizinin döngüsel bir süreç izlediğini belirtmiştir.

Nitel araştırmada Creswell (1998, s. 140) hangi verilerin kullanılacağını belirlenmesini önemli bulmuştur. Kodlama sürecine başlamak için, Rubin ve Rubin (1986) araştırmacının her bir görüşme transkriptini oldukça titiz bir şekilde okuyarak temel fikirleri ve bağlamları, hikâyeleri tanımlaması ve temaları bulması gerektiğini belirtmektedirler. Aynı zamanda veri analizinde Rubin ve Rubin (1986) tarafından üç ana basamak belirtilmiştir. Bu basamaklar; verilerin kodlanması (coding the data), kategorilerin gruplandırılması (grouping it into categories) ve temaların gruplandırılması (grouping the information into themes) şeklindedir (aktaran Melanson 2007, s. 28). Neuman (2011) tarafından da açık kodlama; veri analizinde transkriptte gömülü olan verilerin yüzeye çıkarıldığı ilk aşama olarak ele alınmaktadır. Veri analizinin ilk aşaması olan açık kodlamadan sonra açık kodlar arasındaki bağlantılara bakıldığı eksenel kodlama gelmektedir. Veri analizinde son kodlama aşaması olan seçici kodlama ile tüm veriler son kez incelenmekte ve eksenel kodlama ile belirlenen

temalar düzenlenerek araştırmanın ana temaları oluşturulmaktadır (Schatzman ve Strauss 1973, s. 121).

Bu araştırmanın veri analizinde, öncelikle araştırmada yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığıyla yapılan derinlemesine görüşmeler deşifre edilmiş ve her bir görüşme için bir transkript formu oluşturulmuştur. Kodlama aşamasına geçmeden önce transkriptler dikkatli bir şekilde okunarak her bir katılımcının ifadeleri anlaşılmıştır. Transkriptlerde araştırmacının ilk aşamada dikkatini çeken kelime ya da cümleler kodlanmıştır. Bu aşama nitel veri analizinin ilk aşaması olan açık kodlama aşamasıdır. Nitel veri analizinin ikinci aşaması olan eksenel kodlama aşamasında da; açık kodların kendi aralarındaki ilişkiyi anlayabilmek amacıyla kodlar arasında okumalar yapılmış ve açık kodlar birbirleriyle ilişkilendirilerek kategoriler elde edilmiştir. Eksenel kodlamayla elde edilen kategoriler son olarak seçici kodlamalarla kendi aralarında ilişkilendirilerek araştırmanın ana temalarına ulaşılmıştır. Araştırmanın analizi, nitel veri analiz programı olan Nvivo 11 programı kullanılarak yapılmıştır.

1.5.4. Sahada Karşılaşılan Güçlükler

Araştırmanın katılımcı grubunun daha önce yeme bozukluğu olan gençler olarak hedeflenmesi fakat sahaya çıkmak için gerekli izinlerin alınamaması araştırmanın veri toplama sürecinde önemli bir zaman kaybı yaşanmasına yol açmıştır. Sahada katılımcı grubuna girme noktasında karşılaşılabilecek olası olumsuzluk durumu bu araştırmada yaşanmış ve araştırmacının hem katılımcı grubunu hem de kısmi olarak kuramsal açıklamalarını değiştirmesine yol açmıştır.

Katılımcılar, derinlemesine görüşme ile veri toplanacağı noktasında bilgilendirildiğinde tahmini görüşme süresi nedeniyle bazen isteksiz olmuşlardır. Aynı zamanda bazı katılımcıların görüşme gün ve saatinde randevularına gelmemeleri araştırmanın veri toplama takviminde gecikmelere yol açmıştır.

2. BÖLÜM ARAŞTIRMANIN KAVRAMSAL VE KURAMSAL ARKA PLANI

2.1. ARAŞTIRMANIN KAVRAMSAL ÇERÇEVESİ

Bu bölümde araştırmanın konusu bağlamında, kalite, yaşam kalitesi / yaşam memnuniyeti, aile yaşam kalitesi / aile yaşam memnuniyeti, gençlik / gençlerin yaşam memnuniyeti, zayıflama davranışı / beden imajı, sosyalizasyon ve etiketleme kavramlarına yer verilmiştir.

2.1.1. Yaşam Kalitesi- Yaşam Memnuniyeti

Yaşam kalitesi / yaşam memnuniyeti kavramlarının tanımını açıklamadan önce *kalite* kavramının tanımı üzerinde durulabilir. *Kalitenin* evrensel bir tanımının bulunmadığını belirten Reeves ve Bednar (1994, s. 419) *kaliteyi* ‘değer’ olarak ele almakta ve *kaliteyi* beklentilere uygunluk, hasarsızlık, müşteri memnuniyeti çerçevesinde tanımlamaktadırlar. Benzer şekilde *kaliteyi* “değer” noktasında açıklayan Hofstede (1984, s. 389)’de *kaliteyi*, “iyi” ve “kötü”nün belirlenmesi noktasındaki standart olarak ele almaktadır. *Kalite* tanımındaki değer kavramını ise Kovac (2004) niceliğin yani miktarın tersi olarak, dilbilimsel açıdan nesnelerin niteliksel özellikleri şeklinde açıklamaktadır (aktaran Arun ve Çakıroğlu Çevik 2011, s. 946). Tuchman (1980, s. 38)’in *kalite* tanımı ise en iyi beceriye yatırım, en iyi ve en arzu edilen sonuca erişim için çaba sarf edilmesi anlamına gelmektedir. Zira *kalite*, başarılan veya erişilebilen en yüksek standart olarak ele alınmaktadır (aktaran Reeves ve Bednar 1994, s. 420). Daha açık bir ifadeyle *kalitenin* bir seviye olduğu ve bu seviyenin en düşükten en yükseğe, en kötünden en iyiye kadar aralıklarının olduğunu Bowling ve Windsor (2001, ss. 55) ve Schuessler ve Fisher (1985, s. 131) vurgulanmaktadırlar (aktaran Arun ve Çakıroğlu Çevik 2011, s. 946).

Kalite kavramının üzerinde uzlaşılan net bir tanımının olmaması, yapılan araştırmaların mühendisliği de içeren farklı disiplinler tarafından yapılmasıyla açıklanabilir. Diğer yandan her durumu ‘en iyi’ karşılayan bir *kalite* tanımı, ölçme, genelleme, kullanım ve müşteri odağı gibi konularda ürünün güçlü ve zayıf yönlerinin farklılaşması gibi nedenlerle yapılamamaktadır. Bu bağlamda yeni *kalite* tanımlarıyla birlikte daha önce yapılan *kalite* tanımlarının, günümüzde kullanılmaya devam edeceğini söylemek mümkündür (Tellis ve Johnson 2007, s. 758 ve Reeves ve Bednar 1994, s. 427).

Tanım üzerindeki farklılıklara rağmen; en genel tanımıyla *kalite*, istenilen hedefe ya da gerçekleştirilmesi arzulanan amaçlara uygunluk derecesi olarak ifade edilebilir. *Kalite* kavramı, insanoğlunun ‘en iyiye ulaşma’ hedefine paralel olarak ‘daha *kaliteli* ürün kullanma’ ve ‘daha *kaliteli* hizmet görme’ gibi talepleri açıklayan bir kavram olarak kullanılmaktadır. *Kalite*, ürünü ya da hizmeti kullanacak- faydalanacak bireyin ihtiyacını karşılamaya yönelik amaçlara ulaşmak için uygulanan teknikler ve faaliyetler olarak açıklanmaktadır. Aynı zamanda tanımın odak noktasının zamana bağlı olarak farklılaştığı belirtilerek “ürün *kalitesi*”nin öne çıkarıldığı *kalite* tanımlarının zaman içerisinde “sistem *kalitesi*” odaklı hale geldiği ifade edilmiştir (Muluk, Burcu ve Danacıoğlu 2000, s. 1-5).

Tarihsel açıdan *kalite* ile ilgili olarak yapılan ilk açıklamaların filozoflar tarafından yapıldığını söylemek mümkündür. *Kalite* kavramı ‘iyi’ kavramıyla birlikte Sokrates, Plato, Aristoteles ve diğer filozoflar tarafından ele alınmıştır. *Kalite* kavramı, mükemmelliğin önemi bağlamında tartışılarak; ideal olana, arete veya “mükemmelliğe” erişim noktasında açıklanmıştır. Örnek vermek gerekirse bir yarış atı için hız, yük çekebilmek ve güçlü olmak olarak ele alınan arete bir insan için; ahlaki, entelektüel ve fiziksel yönleriyle değerlendirilmiştir (Reeves ve Bednar 1994, s. 420).

Süreç içerisinde *kalite* ile ilgili olarak kavramsal tartışmaların dışında uygulamada da önemli gelişmeler yaşanmıştır. Öncelikle, 13. yy Orta Çağ Avrupası’nda tüccarlar birleşerek loncaları oluşturmuşlardır. İkinci olarak, 1750’li

yılların ortalarında emek süreci başlamıştır. Avrupa'daki yeni buluşlarında etkisiyle 1800'lü yıllarda Sanayi Devrimi yaşanmış ve Sanayi Devrimi'yle birlikte seri üretimde artışlar yaşanmıştır (<http://asq.org/learn-about-quality/quality-assurance-quality-control/overview/overview.html>).

18. yy. süresince Avrupa üretim ve teknolojiye Sanayi Devrimi'nin sonuçlarından yararlanarak tekstil ekipmanları ve buharlı makinelerle lider konumda olmuştur. Fakat Avrupalı üreticiler bu avantajları kitlesel üretime aktaramamışlar ve kalite konusundaki gelişmeler Amerika'ya taşınmıştır (Reeves ve Bednar 1994, s. 421).

Özellikle Amerika Birleşik Devletleri'nin İkinci Dünya Savaşı'na girmesinin *kalite* konusundaki gelişmelerde rol oynadığı söylenebilir. Çünkü bu süreçte ordu tarafından basit ve seri üretim üzerinde durulmuş ve her parçanın kontrolü sağlanarak güvenliğin tehlikeye atılmaması için askeri standartlar geliştirilmiştir: Sonuç olarak da savaş sanayinde ilerlemeler yaşanmıştır (<http://asq.org/learn-about-quality/quality-assurance-quality-control/overview/overview.html>).

Kalite konusunda 1920'li yıllardaki, ürüne son halinin verilmesi için gerekli olan mühendislik gereksinimlerinin sağlanması ilkesi, 1950'li yıllarda yerini *kalite* güvencesine bırakmıştır. 1980'li yıllarda ise; işletmeler, *kalitenin* sadece ürünlerin ve üretim süreçlerinin değil, yönetim ve dağıtımla birlikte tüm süreçleri içerecek şekilde toplam *kalite* yönetimi ilkeleri çerçevesinde geliştirilmesini hedeflemişlerdir (<http://asq.org/learn-about-quality/quality-assurance-quality-control/overview/overview.html>).

Belirtilenler çerçevesinde bu araştırmada *kalite* kavramı, bireylerin elde ettikleri ve/veya elde etmek istedikleri “en iyi” talebinin karşılanması olarak ele alınmıştır.

Kalite kavramının tanımı ve tarihsel gelişiminden sonra yaşam kalitesi kavramının gelişimine bakıldığında, kalite kavramıyla benzer şekilde yaşam kalitesi kavramının da ilk önce filozoflar tarafından ele alındığı görülmüştür.

M.Ö. 5. yy'da filozoflar tarafından sorulan ilk sorularda yaşam kalitesi kavramının izlerine rastlanılmakta ve bu dönemde filozofların “iyi hayat nedir?”

sorusuna odaklandıkları anlaşılmaktadır (Michalos 2015, s. 1). Örneğin, Aristoteles M.Ö. 330 yılında yazdığı *Nikomakos'a Etik* adlı eserinde 'mutluluk' kavramını 'iyi olma' ve 'yaşam kalitesi' kavramlarıyla ilişkilendirerek açıklamaktadır (Panagiotakos ve Yfantopoulos 2011, s. 517).

Yaşam kalitesi kavramı aslında şemsiye bir kavram olarak nitelendirilebilir. Zira *yaşam kalitesi* kavramı, birçok göstergeyle açıklanabileceği gibi yaşam memnuniyeti, sosyal kalite, yaşam tatmini, umut, mutluluk ve iyi olma hali gibi kavramlarla da örtüşür. Örneğin Man (1991, s. 347) yaşam kalitesi açıklamalarında, yaşam memnuniyeti ve iyi olma hali kavramlarının sıklıkla birbirlerinin yerine kullanılabildiğini ifade etmektedir. Diğer taraftan *yaşam kalitesi* kavramı Sapancalı (2009, s. 40)'nın da belirttiği gibi yaşam koşullarını ifade eden 'sosyo-ekonomik statü' ve 'sosyal statü' gibi kavramlarla da açıklanabilmektedir. Dolayısıyla *yaşam kalitesi* kavramının açıklanmasında, bireyin hayatının bütün alanlarını kapsayan ve bireyin yaşamdan memnuniyetini inşa eden hemen tüm faktörlerden faydalanmak mümkündür. Lent (2004) ve Costanza vd., (2007) *yaşam kalitesinin* fiziksel, psikolojik ve sosyal yönleri içerdiğini belirtmektedirler. Megone (1994, s. 28) ise *yaşam kalitesi* kavramını toplumda kaynakların en iyi şekilde dağıtımının nasıl yapılabileceği noktasında ele almıştır. Dolayısıyla *yaşam kalitesi* kavramının net bir tanımından bahsetmek güçtür. Tarihsel olarak *yaşam kalitesi* kavramına bireysel deneyimler, inançlar, felsefi konularda tavır alışlar, kültürel, mistik, psikolojik, politik ve günlük yaşamın ekonomik yönlerini içeren yorumlarla yaklaşılması *yaşam kalitesinin* tanımının farklılaşmasında rol oynamaktadır (Panagiotakos ve Yfantopoulos 2011, s. 517). Bu durumu Sapancalı (2009)'da vurgulamakta ve yaşam kalitesi kavramının yaşamın birden fazla alanını kapsamaması gerektiği konusundaki ortak kabule rağmen, bu boyutların hangisi üzerinden *yaşam kalitesinin* açıklanabileceği hususunda halen tartışmaların sürdüğünü belirtmektedir. *Yaşam kalitesi* kavramının tanımlanmasındaki zorluğun araştırmacıların nelere odaklandığı ile ilgili olduğunu vurgulayan Liu (1975, s. 3)'da yaşam kalitesinin tanımlanmasındaki güçlüğü ifade etmektedir.

Yaşam kalitesinin tanımlanmasında önemli bir isim olan Veenhoven (2000), *yaşam kalitesini* 'yaşamın değerlendirilmesi' olarak tanımlarken, Costanza (2007) *yaşam kalitesini* 'bireyin ihtiyaçlarının karşılanması çerçevesinde' ele almış ve *yaşam kalitesinin* bireysel veya grup düzeyinde yaşamın çeşitli alanlarındaki *memnuniyet* ve *memnuniyetsizliğini* içerdiğini belirtmiştir. Nitekim *yaşam kalitesinin* zaman ve bağlam içerisinde akıcı ve dinamik özelliğe sahip olduğunu belirten Costanza vd. (2007) bireylerin ihtiyaçlarının değişime açık olması üzerinden yaşam kalitesini açıklamaya çalışmışlardır. Aynı zamanda *yaşam kalitesinin* birey, toplum ve doğa tarafından inşa edilen ihtiyaçların karşılanması ve karşılanma şanslarının artırılmasını da kapsadığını belirtmişlerdir (Costanza vd., 2007, s. 267-272). Benzer bir şekilde Michalos (2015, s. 1)'da, bireysel veya toplumsal düzeyde mevcut koşullarda bireyin ne yaptığı, koşulların nasıl algılandığı, bu koşullarla ilgili olarak bireyin ne hissettiği ve ne düşündüğü üzerinde durmuştur. Diğer bir ifadeyle Michalos, bireylerin algıları, düşünceleri, hissettikleri ve eylemleri çerçevesinde bireyin kendisinin ve diğerlerinin yaşam koşullarının etkilendiği alanın *yaşam kalitesini* oluşturduğunu belirtmektedir. O'na göre bireylerin *yaşam kaliteleri* içinde bulundukları duruma ilişkin bakış açıları bağlamında farklılaşmaktadır (Michalos 2015, s. 1). Bununla birlikte Liu (1975) da *yaşam kalitesinin* mal varlığı, hizmetler ve ekonomik düzey gibi somut olarak görülebilir özelliklerle birlikte toplumsal bağlılık, güven, kendini gerçekleştirme, sevgi ve duygusal yakınlık gibi faktörlerin toplamıyla oluştuğunu açıklamaktadır. Yaşam kalitesinin tanımının ve amacının belirlenmesinde bireylerin amaçlarının analizinin önem taşıdığını vurgulayan Sirgy (1986, s. 331) ise, *yaşam kalitesi* kavramının bireyin veya toplumun ihtiyaçlarının tatminine bağlı olarak açıklanabileceğini belirtmiştir.

Yaşam kalitesi kavramının; bireyden bireye, gruptan gruba ve toplumdan topluma değişebileceğini de göz önünde bulundurmak gereklidir. Bireylerin ihtiyaçlarına her zaman ulaşamadıkları veya ulaştıktan kısa bir süre sonra yeni ihtiyaçlarının ortaya çıktığını belirten Liu (1975, s. 1) *yaşam kalitesinin* kişiden kişiye değişebilmekle birlikte mekândan mekâna ve zamandan zamana değişebileceğini de ifade etmektedir. Diğer taraftan *yaşam kalitesi* ve

memnuniyetini bireyin içinde bulunduğu kültür de etkileyebilmektedir ve *yaşam kalitesinin* bireylerin yaşadıkları toplumun kültür ve değerler sistemindeki yaşam algıları çerçevesinde oluştuğunu Aktaş Altunay ve Burcu (2008, s. 11) vurgulamışlardır.

Kavramsal olarak farklılıklara rağmen *yaşam kalitesinin* yükseltilmesi bireyler, toplumlar, ülkeler ve dünya için açık veya kapalı da olsa amaç olmuştur (Costanza vd., 2007, s. 267). *Yaşam kalitesi* araştırmalarının ana amacını Diener, Suh, Lucas ve Smith (1999); ilişkiler, aile, iş, topluma dâhil olma arasındaki bağı ortaya çıkarmak olarak belirtmektedirler. Sirgy (2001, s. 77) ise *yaşam kalitesi* araştırmalarının; birey, aile, toplum ve ülke bazında tanımlanmakta ve çalışılmakta olduğunu ifade etmiştir. Bu noktada mikro çerçevede bireysel olarak *yaşam kalitesini* yükseltmek amacıyla çalışmalar yapıldığı gibi makro çerçevede ülkelerin politikaları da *yaşam kalitesi* araştırmalarıyla şekillenmektedir. Mikro açıdan *yaşam kalitesi*, bireyin yaşamının iyi ve memnuniyet noktalarının değerlendirilmesidir. Aynı zamanda bireyin temel ve sosyal gereksinmelerinin kişisel tatminini sağlayacak ölçüde karşılanması, bireyin kendisiyle, aile ve arkadaşlarının sağlıklı bir yaşam sürmesi ve yaşadığı sosyo-kültürel ortamdan duyduğu memnuniyet olarak değerlendirilebilmektedir. Öncelikle bireysel açıdan *yaşam kalitesinde*, bireyin kendi yaşamına ilişkin vermiş olduğu karar önemli bir belirleyicidir. Ayrıca bireyin ailesi ve arkadaşları ile olan ilişkisi, kendi sağlığı, aile ve arkadaşlarının sağlık durumu ile bireyin geliri ve yaşam standartları da bireysel yaşam kalitesinin temel belirleyicileri arasında sayılmaktadır. Makro ölçekte değerlendirildiğinde ise *yaşam kalitesi*, çok daha geniş, çok boyutlu ve karmaşık bir anlam kazanmaktadır. Toplumsal açıdan *yaşam kalitesi* terimi, bir toplumdaki bireylerin tümünün refah, huzur ve mutluluk düzeyine atıfta bulunmaktadır. Bireylerin sağlık, eğitim, güvenlik gibi hizmetlerden eşit bir şekilde yararlanabilmesi, gelirle birlikte satın alma gücünün dengeli olması, açlık sınırında yaşayan bireylerin bulunmaması ve yoksulluk sınırında yaşayan birey sayısının ise olabilecek en düşük düzeye getirilmesi biçiminde değerlendirilmektedir (Sapancalı 2009, s. 20-21).

Yaşam kalitesi kavramının açıklanmasında *öznel* ve *nesnel göstergelerin* açıklanması önemlidir. Yaşam kalitesinin nesnel göstergeleri ekonomik durum, okuryazarlık oranı, yaşam beklentisi gibi somut olan durumlarken (Costanza vd. 2007, s. 268), toplumsal bağlılık, güven, kendini gerçekleştirme, sevgi ve duygusal yakınlık gibi bireylerin öznel değerlendirmesini içeren durumlar ise yaşam kalitesinin öznel boyutunu oluşturmaktadır (Liu 1975, s. 2).

Nesnel ve öznel göstergeler aracılığıyla toplumsal yapı ile mutluluk, doyum, *yaşam kalitesi*, yaşam memnuniyeti ve umut gibi durumlar arasındaki ilişkiyi açıklayan bilimsel modeller oluşturulmaktadır. Aynı zamanda politikacılar göstergeler aracılığıyla sistemin işleyişi ve bu işleyişin bireyler üzerindeki etkilerini bilmek ve geribildirim edinmek istemektedirler. Böylece göstergeler aracılığıyla varolan toplumsal politikaların yeterliliği denetlenmekte ve eksiklikler için önlemler alınmaktadır (Yetim 2001, s. 45). Doğası gereği hayatta kalma, neslini devam ettirme ve öğrendiklerini diğer nesillere aktarma amacını taşıyan birey temel ihtiyaçlara ek olarak yeni ihtiyaçlar geliştirmekte ve yaşam kalitesini de bu noktada değerlendirmektedir. Dolayısıyla bireylerin yaşam kalitelerinin belirlenmesi için mevcut göstergeler zamanla yetersiz kalabilmektedir. Bu nedenle yaşam kalitesinin belirlenmesi amacıyla mevcut göstergelere yenilerinin eklenmesi ve bu alandaki araştırmaların farklı disiplinler tarafından devam etmesi alandaki zenginliği arttıran bir faktör olarak söylenebilir.

Diener vd. (1999) de vurguladığı gibi *yaşam kalitesinin* yakından ilgili olduğu *yaşam memnuniyeti* kavramı genel olarak sosyal ilişkilerin birey üzerindeki etkisi noktasında ön plana çıkmaktadır.

Yaşam memnuniyeti kavramının tanımlanmasıyla ilgili olarak çeşitli açıklamalar söz konusudur. Öncelikle yaşam memnuniyeti kavramını tanımlamanın ve ölçmenin kolay olmadığı, *yaşam memnuniyeti* kavramının tam olarak ne anlama geldiği, nasıl tanımlanacağı ve hangi göstergelerle araştırılacağına belirsiz olması McCall (1975) ve Carley (1981) tarafından belirtilmiştir (aktaran Man

1991, s. 347). Diğer taraftan *yaşam memnuniyeti* bireyin yaşamının tamamının bilişsel değerlendirmesi olarak da tanımlanmaktadır (Diener ve Diener 1995). Benzer şekilde Shin ve Johnson (1984) *yaşam memnuniyeti*ni bireyin hayatının bütününe değerlendirilmesi olarak ele almışlardır (aktaran Huebner 2004, s. 5). Suldo ve Huebner (2006, s. 180) ise, *yaşam memnuniyeti*ni yaşamın bütünü hakkındaki bilişsel bir değerlendirme olarak açıklarken diğer taraftan yaşamın bir yönünü de- örneğin aile, çevre, okul, arkadaşlık gibi bağlamların değerlendirmesini- kapsamadığını belirtmektedirler. Zira Huebner (2004, s. 6) *yaşam memnuniyeti*nin belirlenmesinde bireyin okul yaşamından duyduğu memnuniyetin öneminden bahsetmiştir. Veenhoven (1988) ise *yaşam memnuniyeti*ni sosyal ilişkilerin dışında yaratıcılık, topluluk ve organizasyonlara katılım ve fiziksel sağlıkla birlikte değerlendirmiştir.

Yaşam memnuniyeti yaşama özgü alanlarla açıklanabileceği gibi Veenhoven (2012)'in da belirttiği şekliyle, *yaşam memnuniyeti* bireyin amaçlarına ulaşması noktasında da ele alınabilir. Buna göre Veenhoven yaşam memnuniyeti'nin açıklanmasında ihtiyaçlarının karşılanması ötesinde bireyin amaçlarına ulaşmasını da anlamlı bulmaktadır. Bununla birlikte *yaşam memnuniyeti*nin, bireyin beklentileri ve kazanımlarının karşılaştırmasını içeren bir değerlendirme olduğunu Bowling (2004) de vurgulamaktadır.

Görüldüğü üzere *yaşam memnuniyeti* açıklamaları yaşam kalitesi açıklamalarından farklı olarak bireysel değerlendirmeler üzerine odaklanmaktadır (Man 1991, s. 348). Bu bağlamda bireylerin mutlulukları ve memnuniyetleri kendilerine sorulmadan anlaşılamayacağı için yaşanan durumlarla ilgili olarak değerlendirmeler öznel göstergeler (memnuniyet-memnuniyetsizlik ifadeleri, değerler ve algılar) üzerinden incelenmelidir (Diener ve Suh 1997).

Tüm belirtilenlerin ışığında *yaşam kalitesi*, bireyin kültür ve çevresel koşulları bağlamında içinde bulunduğu durumu olarak ele alınırken, *yaşam memnuniyeti* ise ondan ayrı düşünülemez şekliyle bireyin yaşamının, bulunduğu durumun öznel değerlendirmesi olarak tanımlanabilir. Bu araştırmada da, yaşam memnuniyeti kavramı benimsenerek yaşam memnuniyeti mikro düzeyde; gencin aile içi ilişkileri bağlamında incelenmiştir.

2.1.2. Aile Yaşam Kalitesi- Aile Yaşam Memnuniyeti

Aile kurumu toplumun temel birimini oluşturmakta ve her kültürde sosyal yapı taşı olarak görülmektedir (Zabriskie ve McCormick, 2001, VanDenBerghe, 2000, s. 16-17 aktaran Agate vd., 2007, s. 52). Özellikle sosyal bilimler açısından aile kurumunun önemi ailenin çocuk yetiştirilmesindeki rolü üzerinden ele alınmaktadır. Aynı zamanda ailenin, çocuklarını tehditlere karşı koruma ve onların kendilerini güvende hissetmeleri noktasında görevli oldukları belirtilmektedir (Lahikainen Riitta, Tolonen ve Kraav 2008, s. 69). Bu noktada aile kurumunun çocuğun güven ve eğitim gibi temel ihtiyaçlarını sağlayan bir kurum olmasının yanında çocukların *yaşam kalitelerinin*/*yaşam memnuniyetlerinin* belirlenmesinde önemli rol oynadığı söylenebilir.

Aile yaşam kalitesi / aile yaşam memnuniyeti ile ilgili olarak yapılan açıklamalar oldukça çeşitlidir. Bu çeşitlilik *aile yaşam kalitesinin* tanımlanması ve belirlenmesiyle ilgili ortak bir kabulün olmamasına yol açmaktadır (Mas vd., 2016, s. 60). Buna rağmen literatürde *aile yaşam kalitesinin* belirlenmesi ve kavramsal olarak tanımlanması noktasında açıklamalar bulunmaktadır. Örneğin *aile yaşam kalitesini*, Park vd., (2003) aile üyelerinin ihtiyaçlarının karşılanması, birlikte eğlenebilmesi ve amaçlarını yapma şansına sahip olmaları noktasında tanımlamaktadır. Bununla birlikte Brown ve Brown (2004) ise *aile yaşam kalitesini*, her ailede aile bireylerinin yaşamındaki değişime bağlı olarak değişebilen, aile bireylerinin birbirini etkilediği ve son olarak aile yaşam kalitesinin bir standardının bulunmadığı şeklinde açıklamışlardır (aktaran Park, Turnbull ve Rutherford Turnbull 2002, s. 153). Aile bireylerinin tamamının

ihtiyaçlarının karşılanması durumuna ek olarak Smith-Bird ve Turnbull (2005, s. 174)'da *aile yaşam kalitesini* aile bireylerinin amaçlarına ulaşmalarına odaklanarak açıklamıştır. Bu tanımlara ek olarak; taşınma, aile bireylerinden birisinin kaybı veya engelli bir çocuğa sahip olma gibi nedenlerden dolayı da *aile yaşam kalitesinin* dinamik bir yapıya sahip olmasını Bhopti, Brown ve Lentin (2016, s. 192) vurgulamışlardır.

Ayrıca *aile yaşam kalitesinin* belirlenmesini aile etkileşimi, ebeveyn sorumlulukları, duygusal ve fiziksel refah olarak inceleyen Özmeye (2010) *aile etkileşimini*, aile üyelerinin birbiriyle açıkça konuşabilmesi, *ebeveyn sorumluluklarını*, aile bireylerinin çocuklarının yaşamındaki diğer bireyleri (arkadaşları, öğretmenleri) tanımasını, çocuklarının bağımsızlıklarını kazanmaları ve okul ödevlerinde ya da diğer aktivitelerde yardım etmesini; *duygusal boyutta*; aile bireylerinin özel ihtiyaçlarının karşılanması için dışarıdan destek ve yardım sağlanmasını, ailedeki bireylerin ihtiyaç duyduklarında destek alabilecekleri dostları ve arkadaşlarının olmasını tatmin edici bulmaları, *fiziksel refahı*; aile bireylerinin ihtiyaç duyduklarında sağlık hizmetlerinden yararlanabilmeleri ve aile bireylerinin harcamalarında uygun bir yol izlemelerini tatmin edici bulmaları şeklinde ele almıştır.

Aile yaşam kalitesine benzer şekilde; çok boyutlu bir kavram olarak *aile yaşam memnuniyeti* de aile üyelerinin her biri tarafından aile bireylerinin ihtiyaçlarının karşılanmasının öznel olarak değerlendirilmesi (Zuna, Summers, Turnbull, Hu ve Xu, 2010, s. 262) olarak tanımlanmaktadır. Aynı zamanda da ebeveynlerin evlilik bağı, ailenin ekonomik durumu, aile ilişkileri ve akrabalık bağları ile ilişkilendirilerek açıklanmaktadır (Ji, Xu ve Rich 2013). Benzer şekilde Liu (1975)'da, evlilikten alınan tatmin, ekonomik iyi olma hali, aile ilişkileri ve aile yaşamı başlıkları *altında aile yaşam memnuniyetini* ele almış ve bireyin bu alanlardaki değerlendirmesi olarak *aile yaşam memnuniyetine* açıklama getirmiştir. *Aile yaşam memnuniyetinin* açıklanmasında Bowen (1988, s. 459) aile üyelerinin aile değerlerini paylaşmalarını *aile yaşam memnuniyetini* arttıran faktör olarak ele almaktadır. *Aile yaşam memnuniyetine* aile tarafından desteklenme noktasında açıklama getiren Smith-Bird ve Turnbull (2005, s. 174)

aile desteğinin yalnızca bireysel olarak yaşam kalitesini arttırmadığı aynı zamanda *aile yaşam memnuniyetini* de arttırdığını vurgulamaktadır. Aynı zamanda *aile yaşam memnuniyetinin* açıklanmasında bireyin içinde bulunduğu kültürün etkili olduğu noktasından da hareket edilmektedir. Örneğin Hofstede (2011) bireysellik ve kolektivizm bağlamında aile değerlerinin önemli ve aile bireylerinin birbirine sıkı bağlarla bağlı olduğu kültürlerde *aile yaşam memnuniyetini* olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi bağlamında açıklamıştır.

Belirtilenler çerçevesinde *aile yaşam kalitesi* bireylerin ihtiyaçlarının karşılanabilmesi, birlikte eğlenebilme, zaman geçirebilme ve amaçlarını gerçekleştirebilme şanslarına sahip olabilmeleri olarak ele alınırken aile yaşam kalitesiyle iç içe olan *aile yaşam memnuniyeti* kavramı da aile bütünlüğü, aile içi ilişkiler, aile içi görev ve sorumluluklar, ebeveynlerin ilgisi, bireylerin aile içi karar alma süreçlerine katılımlarını öznel olarak değerlendirmeleri olarak tanımlanmıştır.

2.1.3. Gençlik / Gencin Yaşam Memnuniyeti

Gençlik dönemi; sosyal bilimler, fen bilimleri ve sağlık bilimleri tarafından ele alınan disiplinlerarası bir alan olma özelliğini taşımaktadır. *Gençlik* tanımlamalarında çeşitli farklılıklar söz konusudur. Öncelikle, disiplinlere bağlı olarak; *gençlik*, ergenlik ve adölesan kavramlarının birbirlerinin yerine kullanılabilirdiği görülmektedir. Bu farklılığın yanı sıra gençlik dönemi kronolojik olarak farklı yaş aralıklarıyla da ele alınabilmektedir. Sercombe (2010) de gençliğe ilişkin olarak farklı tanımlamalar, dil kullanımı ve kuramsal yaklaşımların bulunduğunu belirtir.

Adölesan kavramı ilk olarak 1904 yılında G. Stanley Hall tarafından yazılan *Adolescence: Its Psychology and Its Relation to Physiology, Anthropology, Sociology, Sex, Crime, Religion and Education* başlıklı kitapta ele alınmış ve bu kitapta adölesan dönem, bireyin yetişkinlik öncesi geçirdiği dönem olarak belirtilmiştir (Keniston 1975, s. 4).

Gençlik dönemi ile ilgili birçok tanımlama bulunmaktadır. Kronolojik olarak tanımlandığı zaman *gençlik dönemi*, çocukluk ve yetişkinlik arasındaki dönem olarak ele alınmaktadır (Furlong 2013, s. 1). Çocukluk ve yetişkinlik arasındaki bu dönemde psikolojik ve sosyal değişimlerin yaşanmasını ise Atwater (1996, s.5) vurgulanmıştır. Figueroa (2002, s. 5) ise *gençlik dönemini*; gencin kendisine ait olan inançlarını, fikirlerini, düşüncelerini ve davranışlarını geliştirdiği dönem olarak tanımlamaktadır. Bununla birlikte Rogers (1981) *gençliğin* çocukluk ve yetişkinlik arasındaki geçişte bir köprü olduğunu belirterek, *gençliği* sosyo-kültürel bir olgu olarak ele almaktadır. Aynı zamanda Rogers (1981, s. 6-10) *gençliğin* kronolojik bir dönem değil bir süreç olduğunu ve bu süreçte bireyin toplumun bir parçası olması için gerekli olan kural ve davranışları öğrendiğini ifade etmektedir. Diğer bir ifadeyle *gençlik* döneminde bireyin ahlaki gelişimi, politik duruşu ve değerleri içselleştirmesi noktasında sosyalleştiği ayrıca bu dönemin bireyin hayatında kalıcı sonuçların yaşanabileceği bir dönem olduğu vurgulanmaktadır (Hadjar Baier ve Boehnke 2008, s. 280). Burcu (1997, s.11) da sosyolojik açıdan *gençliği*, çocuklukla yetişkinlik dönemi arasında yer alan hızlı bir geçiş döneminin yaşandığı, fizyolojik, psikolojik ve sosyolojik değişimlerin bu dönemde yoğunlaştığı bir sosyal kategori olarak tanımlamaktadır. Sosyolojik bakış açısından *gençlik döneminin*, bir değişimi içerdiği fakat bu değişimin de her birey için aynı şekilde ve aynı düzeyde gerçekleşmeyebileceğini de Sebald (1968, s. 10) belirtmiştir. Bu nedenle pek çok sosyologun *gençliği* kronolojik olarak kategorilendirmekten kaçındığını ve *gençliğin* yaşamsal bir dönem olarak ele alındığını Roberts (2003, s. 16) ifade etmektedir.

Tanımlarda da vurgulandığı gibi bedensel gelişime bağlı olarak değişimi ve dönüşümü içeren *gençlik dönemi*, bireyin sosyal yaşamında da değişimleri beraberinde getirmektedir. Bu dönem birçok olayın ilk defa deneyimlendiği, ebeveynlerin veya gencin bakımından sorumlu olan bireylerin doğrudan kontrolünün azaldığı, evden ayrılmanın, ilk cinsel deneyimin, okul yaşamından iş yaşamına geçişle birlikte korunan konumundan koruyan konumuna geçişin yaşandığı dönem olma özelliklerini taşımaktadır (Lerner ve Galambos 1998; Smith ve Rutter 1995 aktaran Thiede vd. 2002, s. 72). Bu özelliklere ek olarak

Keniston (1975, s. 10)'da *gençlik döneminin*, sonsuz özgürlük, uzaklaşma ve her şeye gücün yettiğinin düşünüldüğü bir dönem olduğunu vurgulayarak gençte bu dönemde yalnızlık ve gerçek dışılıkla birlikte dış dünyayla bağlantısızlık ve tüm olasılıkları yaşama isteğinin olduğunu belirtmektedir.

Gençlik tanımlamalarında kullanılan yaş aralıklarıyla ilgili olarak çeşitli farklılıklar söz konusudur. *Gençlik dönemi* yaş aralığını; Holmbeck, Paikoff ve Brooks-Gunn (1995) 11-21 olarak belirtirken, bu aralık kendi içinde erken adölesan yaş aralığı (11-14), orta adölesan yaş aralığı (15-18) ve geç adölesan yaş aralığı (19-21) olarak ayrılmıştır. Atwater (1996, s. 7) ise erken dönem adölesan yaş aralığını 10-15, geç dönem adölesan yaş aralığını 16-20 olarak belirtirken Gavazzi (2011, s. 10)'de 13-19 yaş aralığını *gençlik dönemi* olarak ele almaktadır. Her ne kadar gençlik dönemi yaş aralıklarında farklılıklar söz konusu olsa da *gençlik dönemi* yaş aralığının belirlenmesinde uluslararası kuruluşlar tarafından belirlenen yaş aralığının kullanımı yaygındır. Bu kuruluşlardan *Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı* (UNDP) ve *Birleşmiş Milletler* (UN) gençliğin evrensel bir olgu olduğunu varsayarak 15-24 yaş aralığını “gençlik dönemi” (UNDP 2008; www.unesco.org) olarak kabul etmektedirler.

Gençliğin kategorik olarak belirli yaş aralıklarıyla ifade edilmesine ilişkin olarak Burcu (1997) *gençlik dönemini*, başlama ve bitiş yaşına göre belirli standartlara oturtmanın oldukça güç olmasını kültürel özelliklerin gençlik dönemine yaş sınırlarının konulmasında rol almasıyla açıklamıştır. Bu bağlamda yapılan gençlik çalışmalarında gençlik döneminin yaş sınırlarının kültürel özellikler dikkate alınarak belirlenmesi önerilmiştir.

Birey gençlik döneminde bir taraftan bedensel, ruhsal ve sosyal değişimler yaşarken diğer taraftan da hem istediklerini yapabilmek hem de gelecek planlarını hayata geçirebilmek için çeşitli kaynaklara ihtiyaç duymaktadır. Aynı zamanda genç bu dönemde yaşamını sorgulamakta ve geleceğe yönelik planlamalar yapmaktadır. Bu noktada yaşam memnuniyeti kavramı oluşmaktadır. Yaşam memnuniyeti araştırmaları disiplinler arası bir çalışma alanı olmasının yanı sıra bireyin içinde bulunduğu yaşamsal döneme

odaklanarak aile, toplumsal cinsiyet, engel durumu, bireyin çalışma koşulları, yaşadığı şehir gibi faktörler çerçevesinde ele alınmaktadır. Proctor, Linley ve Maltby (2009, s. 585) gencin yaşam memnuniyetini bedensel sağlık, üretkenlik, sosyal ilişkiler, çevre, kültür, riskli davranışlar ve engellilik bağlamında ele alarak, gencin mevcut koşullar çerçevesinde yaşamını ve gelecek planlamalarını değerlendirmeleri şeklinde tanımlamışlardır. Bununla birlikte gencin yaşam memnuniyeti, gencin eğitim hayatı odağında akademik başarı (Edwards ve Lopez, 2006; Suldo, Shaffer ve Riley 2008) ve okula devam (Ojeda, Edwards, Hardin ve Pina-Watson, 2014) noktalarında da ele alınarak açıklanmıştır. Eğitim hayatının dışında gencin yaşam memnuniyetinde arkadaş ilişkilerinin önemi bağlamında Griffin (2002), gencin yaşam memnuniyetini açıklarken aile üyeleriyle kurulan ilişki (Antognoli-Toland 2000, s.38), ebeveyn davranışı (Suldo ve Huebner 2004) ve ailelerinin sosyo-ekonomik statülerine (Dew ve Huebner 1994) odaklanarak gençlerin yaşam memnuniyetini açıklamışlardır. Bu nedenle gencin beslenme, barınma ve güvenlik gibi temel ihtiyaçlarının aile kurumu tarafından karşılanmasının yanında gencin hedeflerine ulaşması için ailesi tarafından verilecek destek ve aile içi ilişkiler gencin yaşam memnuniyetinde önem taşımaktadır.

Bireyin yaşamında hangi yaş aralıklarının *gençlik dönemi* olarak ele alınacağı konusunda literatürde farklı görüşler bulunmasına rağmen *gençlik* üzerinde önemle durulması gereken bireyin çocukluktan yetişkinliğe adım attığı ve yaşamının sonraki yıllarını etkileyecek önemli kararların alındığı bir dönem olma özelliğindedir. Ayrıca *gençlik dönemi*, biyolojik farklılıkların yaşandığı bir dönem olmanın yanı sıra; roller, statüler, aile ve akran grubuyla ilişkilerdeki değişimlerin de yaşandığı bununla birlikte sosyolojik olarak gençten beklenen davranışların da farklılaştığı bir dönem olma özelliğini taşımaktadır. Belirtilenler bağlamında bu araştırmada 18-24 yaş aralığındaki bireyler *genç* olarak tanımlanırken *gencin yaşam memnuniyeti* ise; eğitim, sosyal ilişkiler, amacını belirleme ve amacına ulaşacak araçlara sahip olma, sosyal ilişkiler, desteklenme ve kendisine gösterilen ilgiyi değerlendirmesi olarak tanımlanmıştır.

2.1.4. Zayıflama Davranışı- Beden İmajı

Tarihsel olarak öncelikle fiziki yapısı nedeniyle biyolojik bir varlık olarak ele alınan bedenin zamanla sadece biyolojik bir varlık olmadığı, aynı zamanda sosyal bir varlık olabileceği konusu ön plana çıkmıştır (Şensoy 2013, s. 7). Diğer taraftan Okumuş (2011, s. 47)'un da belirttiği gibi toplumsal bir varlık olarak birey, bedeniyle toplum sahnesine çıkmakta ve bedeni, insan varlığının aynası olmaktadır.

Bireyin toplum karşısına çıkmasında kendisini nasıl gördüğü ve toplum içerisinde nasıl konumlandığı noktasında ise imaj kavramı devreye girmektedir. Featherstone (2001, s. 179) imaj kavramını “bakış / görünüm” olarak ele almakta ve imajı bedenin sunumu olarak tanımlamaktadır. Grogan (2008) da, beden imajını bireyin bedenine yönelik değişime açık bir değerlendirme olarak ele almaktadır. Levinson, Powell ve Carr Steelman (1986, s. 330) beden imajını, bedensel duruma yönelik olarak diğer bireylerin de bakışını içeren öznel bir değerlendirme olarak açıklamışlardır. Hamurcu vd., (2015) ise, beden imajını bireyin bedeninin ve bedenine ait tüm duyularının zihindeki tablosu olarak ifade etmişlerdir. Aynı zamanda Featherstone (2001,s.179) imajların bireylerin dış görünüşlerine/görünümlerine dikkat etmelerine yol açtığını belirtmektedir. Bu noktada gençlik döneminde beden imajının nasıl değiştiği ve bu değişiklikte hangi faktörlerin rol oynadığının belirlenmesi önem taşımaktadır.

Batılı toplumların güzellik ideallerinin, beden imajının oluşumu ve çarpıtılmasında önemli etkisi olduğu yönündeki görüş birliğine Heinberg (1997, s. 32) vurgu yapmaktadır. Bu noktada Panagopoulos (2006, s. 249) imajların ve görünümünün popüler olduğu günümüz toplum yapısında diyet programlarıyla birlikte, zayıflama hapları, jimnastik ve son olarak zayıflama operasyonlarının Amerikan toplumunda artış gösterdiğini ifade etmiştir. Diyet yapma, bireyin bedeninden memnun olmaması ve yeme bozuklukları gibi olumsuz durumlar toplumun zayıf olma noktasındaki ‘patolojik’ baskısının sonucu olarak değerlendirilmektedir (Heinberg 1997, s. 35). Bununla birlikte günümüzde güzel olma idealinin zayıflık üzerine kurulduğu belirtilerek; tarihsel olarak kadınların sağlığının, mevcut güzellik idealleri uğruna feda edilmesini bir kaç nesil

öncesinde ince bele sahip olmak için kaburgaları kıran korselerin kullanılması ve Çin’de kadınların küçük ayaklara sahip olabilmek için yaptıkları uygulamalar üzerinden örneklendirmiştir (Thode 2001, Root, Fallon ve Friedrich 1986 aktaran Heinberg 1997, s. 35). Bu noktada dikkat edilmesi gereken nokta; bedeni dönüştürmenin, diyet gibi geçici ve geri dönüşü olan yollarla olabilirken uzun bir boyuna sahip olabilmek için takılan boyun halkası örneğinde olduğu gibi bedenin geriye dönüşünün imkânsız da olabilmesidir (Howson 2013, s. 135). Shilling (2003)’de bedenin medyada; diyet önerileri, kozmetik operasyonlar, egzersiz planlamaları, güzellik ve gençlik bağlamında ele alındığını vurgulamaktadır (aktaran Adams 2009, s. 105). Özellikle genç kızlar ve kadınların pek çok kanaldan kilo korkusu mesajlarıyla adeta “bombardımana” tutulduğu belirtilmektedir (Rauscher, Kauer ve Wilson 2013, s. 210).

Bu bağlamda hem yoğun biyolojik değişimlerin yaşandığı hem de bedensel görünümün önem kazandığı gençlik döneminde; genç kendisi için sunulan beden formuna sahip olmak istemektedir. Bu nedenle gençlerde çoğu zaman kilo verme isteği ortaya çıkmakta ve gençler zayıf, ince ve yağsız bedene sahip olmak istemektedirler. Belirtilen açıklamalar çerçevesinde bu araştırmada beden imajı, bireyin bedenine yönelik değerlendirmesi olarak ele alınırken; zayıflama davranışları da; gencin zayıflamayabilmek için ilaç kullanma, beslenme alışkanlığını değiştirme, yemek yememe, öğün atlama, operasyon geçirme, zayıflama çayları içme ve aşırı spor yapma davranışlarından birisini veya birden fazlasını yapması olarak tanımlanmıştır.

2.1.5. Sosyalizasyon

Sosyalizasyon bireylerin “alışkanlıklar ve kendi kültürel değerlerine uyum” sağlama süreci olarak tanımlanmaktadır (Baumrind 1980, s. 640). Aynı zamanda *sosyalizasyon süreci*, sosyal ve kültürel bütünleşmenin ana mekanizması olarak ele alınmaktadır. Bununla birlikte *sosyalizasyonun*; çocuğun etkileşim içerisinde olduğu bireyler, gruplar ve topluluklar içinde eşit olmayan durumları ve cinsiyet gibi faktörlerin yarattığı dezavantajlı durumları da

içinde barındıran ilişkiler ağında olduğu belirtilmektedir. Bu ilişkiler ağındaki etkileşim sonucunda bireylerin farklı toplumların ve kültürlerin bireyleri haline geldiği belirtilmektedir (Frønes 2016, s. 2).

Bireyler etkileşim ağlarına bağlı olarak; uzun veya kısa boylu olmak, engelli veya engelsiz olmak, saçsız ve uzun saçlı olmak, kilolu veya zayıf olmak gibi çeşitli bedensel özellikleri üzerinden etiketlenebilmektedirler. Etiket veya damga Goffman (1963, s. 4) tarafından bireyler için bedensel veya davranışsal olabileceği gibi, görünür olmayan fakat bu durumun diğer bireyler tarafından “bilinebilir” olması şeklinde ele alınmaktadır.

Toplum tarafından kilolu olmanın etiketlenmesini Laslett ve Warren (1975, s. 69) belirterek kilolu olma durumu veya “kibar” bir şekilde “obezite”nin, hem tıbbi hem de sosyal bir problem olma özelliğini taşımakta olduğunu vurgulamışlardır. Bireylerin etiketlenmeleri yaşamlarında dezavantaj yaratabilmektedir. Bu noktada Maykovich (1978, s. 454), obezitenin kimlik olduğunu belirterek, sosyal ilişkilerde bir etiket olduğunu ifade etmiştir. Aynı zamanda kilolu bireylerin diğer bireylerin bakışlarından / yüz yüze tehditlerinden korunmak için halka açık plajlara girmekten kaçınmakta olduklarını belirtir. Diğer taraftan bireylerin kilo ve görünümüne dair eleştirilmeleri ve iş fırsatları konusunda endişelerinin bulunmasını ise Perryman (2005, s. 15) ifade etmiştir. Obez çocukların obez olmayan çocuklara göre daha fazla sosyal açıdan izole edilmelerini/ yalnız bırakılmalarını ise Strauss ve Pollack (2003) vurgulamışlardır.

Kültür “sosyal gerçeklik” olarak dışarıda bulunurken; çocuklar dil, değerler, fikirler ve inançların içine doğarak *sosyalizasyon süreciyle* tüm “gerçeklikleri” içselleştirmektedirler (Berger ve Luckmann 1966). Bu noktada da aile kurumu önem taşımaktadır. Birincil *sosyalizasyon* unsuru olarak ailenin yani çocuklarının yaşamında temel rolü olan ebeveynlerin çocuklarının davranışlarını ve tutumlarını şekillendirmede önemli rolü bulunduğunu Corder-Bolz, (1980) ve Goslin (1971) belirtmektedirler (aktaran Paff Ogle ve Lynn Damhorst 2003, s.448). Ayrıca ailenin kişiliğin şekil almasında ve kültürel taleplerin, kodların ve beklentilerin aktarılmasında temel aktör olduğunu Ulusoy (2012) ifade etmiştir.

Toplumun her yeni neslin yeterli bir şekilde *sosyalleşmesinde* ailelere ihtiyacının olduğunu belirten Straus, kültürel yapıda hâkim değer ve normların aile tarafından gence aktarıldığını vurgulamıştır (aktaran Burcu, 2007, s.187). Gençlerin *sosyalizasyon* süreciyle gelişimlerini tamamlarken, toplumun değerleri ve kurallarıyla yetişkin bireyler olmasını ise Mçller (2000, s. 55) belirtmiştir.

Aileyi küçük bir grup olarak tanımlayan Klein'da, *sosyalizasyon süreci* içinde aile içi etkileşimin, özellikle kültürel değer ve normların aktarılmasında anne ve çocuk arasındaki etkileşimin önemini vurgulamıştır (aktaran Burcu, 2007, s.187). Aile içerisindeki etkileşim çocukluk döneminden itibaren bireyin bedenine ilişkin düşünceler geliştirmesinde rol oynayabilmektedir. Ebeveynlerin çocuklarının bedensel görünüşleriyle ilgili olarak geri bildirimde bulunmalarının, çocuklarının bedenlerine ilişkin *sosyalizasyonunda* önemli olduğu Birch, Fisher ve Grimm-Thomas (1996); Nichter, Ritenbaugh, Nichter, Vuckovic ve Aickin (1993), Pike ve Rodin (1991), Smetana (1988), Striegel-Moore ve Kearney-Cook (1994) tarafından yapılan araştırmalarda vurgulanmıştır (aktaran Paff Ogle ve Lynn Damhorst 2003, s. 449).

Öncelikle aile içerisinde başlayan *sosyalizasyon* süreci gencin beslenme alışkanlıklarını kazanmasında, spor aktivitelerine katılımında ve bedensel görünümüne yönelik algısının oluşumunda gencin aile içi ilişkileri ve iletişimi bağlamında belirleyici olabilmektedir. Belirtilenler kapsamında bu araştırmada *sosyalizasyon süreci*; gündelik yaşam içerisinde en basit anlamda kıyafet ve yemek tercihlerinden başlayarak, gençlerin iletişim şekilleri ve bedenlerini kullanmaları noktasında devam eden ve yaşadıkları toplumun değerleri çerçevesinde hareket etmelerini sağlayan süreç olarak tanımlanmaktadır.

2.2. ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ

2.2.1. Yaşam Kalitesi İle İlgili Kuramsal Açıklamalar

Yaşam kalitesi / yaşam memnuniyeti araştırmalarının kuramsal bir açıklama zemininde olması gerektiği konusundaki kabulle birlikte Sirgy (1986, s. 330), Brown, Bowling ve Flynn (2004)' de belirttiği gibi yaşam kalitesinin net bir teorik çerçevesi bulunmamaktadır.

Yaşam kalitesinin / yaşam memnuniyetinin kuramsal olarak sosyolojide yerini anlayabilmek için öncelikle ilk dönem araştırmalarda kavramın nasıl ele alındığına bakmakta fayda vardır. İlk dönem araştırmalarda çok az sayıda sosyologun kavramı kullandığı, diğerlerinin de yaşam kalitesine yakın kavramları kullandıkları anlaşılmaktadır. Bu araştırmalarda her ne kadar sosyologlar yaşam kalitesi adı altında çok fazla araştırma yapmamış olsalarda, yaşam kalitesiyle ilgili olarak sosyal sistemi etkileyen suç, eğitim, eşitsizlik gibi konular bağlamında araştırmalar yapmışlardır (Sirgy vd., 2006, s. 371). Benzer şekilde Ferriss (2004, s. 40)'de bu araştırmalarla sosyologların, yaşam kalitesini etkileyen değişiklikleri sosyal yapıda tespit ettiklerini belirtir. Örneğin 1918 yılından itibaren Amerikalı sosyologların ilgi alanlarından birisi ailelerin yaşam koşullarının belirlenmesi noktası olmuştur (Sewell, 1940), ailelerin yaşam koşullarının belirlenmesi için sosyo- ekonomik koşullar, yaşam düzeyi ve sosyal statü kavramları kullanılmıştır. Yaşam kalitesi alanında yapılan ilk dönem sosyolojik araştırmaları Schussler ve Fisher 1985 yılında derlemişlerdir. Bu araştırmalardan biri olan Chapin (1922) tarafından yapılan araştırmada sosyal yardımlarda kullanmak amacıyla ailelerin durumlarını belirleyebilmek için evdeki eşyalar (halı, lamba, dikiş makinası, telefon, saat ve görüşmecinin ev koşullarını temizlik, düzen gibi noktalar bağlamında değerlendirmesinden) ölçek aracılığıyla değerlendirilmiştir. Diğer taraftan McKain (1939) ise kırsal yaşam koşullarını; kuyu, elektriğe erişim, temiz su kaynağı, telefon, otomobil ve evlerde radyonun bulunması noktasında incelemiştir. Cottam ve Mangus (1942) yaşam kalitesi alanında araştırmalarını “yaşam standardı” başlığı altında yapmışlardır. Bu araştırmalarında Cottam ve Mangus (1942) sosyal katılım ve sosyal eşitlik bağlamında ele aldıkları ‘yaşam düzeyini’ beşli likert tipi ölçekle; katılımcıların

eğitim, iletişim, ekonomik güvenlik, ev, sağlık hizmetleri ve güvenlikle birlikte yaşamlarını kolaylaştıran elektronik aletlerden duydukları memnuniyet odağında incelemişlerdir (aktaran Sirgy vd., 2006, s. 363- 369). Campbell, Converse ve Rogers (1976)'da yaşam kalitesini, birey ve aile düzeyinde operasyonelleştirerek ikisi arasındaki karşılıklı güçlü ilişkiyi vurgulamışlardır (aktaran McDonald 1979, s. 315).

Aynı zamanda araştırmanın odağı bağlamında ele alınan aile yaşam kalitesi / aile yaşam memnuniyeti ile ilgili kuramların, tıpkı aileler gibi; dinamik, değişime açık, geri besleme döngüsüne dayanan akıcı bir yapıya sahip olmaları Zuna vd., (2010, s. 245) tarafından belirtilmektedir. Benzer şekilde aile yaşam kalitesi araştırmalarının kuramsal zemininde her ailenin kendi içerisinde tek ve biricik özelliklere sahip olduğu kabulünün vurgusunu Friend (2007, s. 41)'de yapmıştır.

Araştırmanın bu bölümünde yaşam kalitesini açıklamaya yönelik geliştiren kuramlara yer verilmiştir. Öncelikle yaşam kalitesi araştırmalarına kaynaklık eden felsefi açıklamalara değinilmiştir. Daha sonra yaşam kalitesi kuramlarının temeli olarak kabul edilen Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi Kuramı açıklanarak bu araştırmanın ana odağı bağlamında gencin aile yaşam memnuniyetiyle ilişkilendirilmiştir. Daha sonra sosyolojik açıdan yaşam kalitesini ele alan Veenhoven'ın "yaşanabilirlik kavramı" üzerinde durulmuştur. Son olarak araştırmanın konusu bağlamında aile yaşam kalitesine yönelik kuramsal açıklamalara yer verilmiştir.

Felsefi Bakış Açısından Yaşam Kalitesi

Yaşam kalitesi kavramı filozoflar tarafından öncelikle mutluluk kavramının ne olduğu ve mutluluğa giden yol bağlamında tartışılmıştır. Felsefeciler tarafından bireyin eylemlerinin en yüksek ve nihai güdüleyicisi mutluluk olarak görülmüştür (Yetim 2001, s. 133). Mutluluğa ulaşmak için gerekli olan durumlara ise farklı açıklamalar getirilmiştir. Örneğin Sokrates (MÖ. 469-399) erdemle mutluluğun bir ve aynı olduğunu belirtmiştir. Bilgiden doğan, bilgide sağlam temelini bulan

“iyi” insanı mutlu yapmakta, ruha sağlık ve esenlik kazandırmaktadır. Sokrates’e göre, erdeme dolayısıyla mutluluğa bilgi yolu ile varılabilir (Gökberk 1985, s. 50). Aristippos tarafından ise, mutluluğa ulaşmanın yolu (M.Ö. 435-386) haz olarak ifade edilmiştir. Diğer bir ifadeyle Aristippos için istencin biricik amacı hazdır. Yani haz iynin kendisidir. Hazzı sağlayan şey iyidir, acı veren şey ise kötüdür, bu ikisi dışında kalan şeylere de aldırılmamalıdır (Gökberk 1985, s. 55). Diğer bir ifadeyle mutluluk, hedonik anların bütünü oluşturmakta; hedonizm (hazcılık), zevkin bireyin yaşamında en iyi ve en doğru amaç olduğu öğretisi anlamına gelmektedir (Ryan ve Deci 2001). Yaşam kalitesi açısından ise hazcılığın, olumlu duygulara odaklandığı ve bireylerin deneyimlerinden aldıkları hazzın, sonuç olarak bireylerin iyi olma halleri için önem taşımakta olduğu ifade edilmektedir (King 2008 ve Haybron 2008 aktaran Exenberger ve Juen 2014, s. 6).

Yaşam kalitesi tartışmalarında önemli bir referans noktası olan Aristoteles (M.Ö 384-322) ise; Nikomakos’a Etik’te mutluluğu, bireylerin her şeyden çok peşine düştükleri bir hedef olarak değerlendirmektedir. Aristoteles’e göre, mutluluk bir taraftan dış koşullara bağılıyken diğer taraftan mutluluk bireyin kendisinin “iyi”yi gerçekleştirmesidir. Her varlıkta, kendi özünün, kendine özgü etkinliğinin gelişmesiyle mutlu olabilir (Gökberk 1985, s. 87). Bireyi mutlu kılacak, iyiye ulaştıracak olan da, erdem (arethe) olarak belirtilmiştir (Tekeli 2010, s. 90).

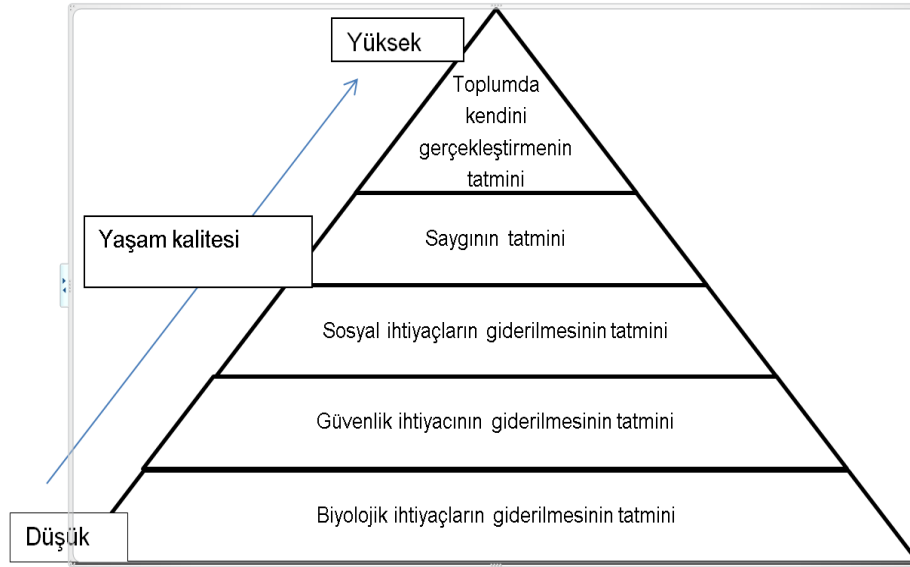
Mutlu olmak konusunda yapılan felsefi tartışmaların 1900’lü yılların ortalarında insan yaşamının daha iyi hale getirilmesi için kullanılan yaşam kalitesi kavramına dönüşmesini Brown ve Brown (2004) vurgulamışlardır.

Maslow’un İhtiyaçlar Hiyerarşisi Kuramı

Yaşam kalitesi araştırmalarına temel olan düşünce öncelikle bireylerin ihtiyaçlarının tatmini ve ihtiyaçlarını giderebilecek yollara erişimleriyle ele alınmıştır. Bu noktada Maslow’un İhtiyaçlar Hiyerarşisi Kuramı önem kazanmaktadır.

Sosyolojik açıdan Maslow'un İhtiyaçlar Kuramı'nın yaşam kalitesini belirlemek için kullanılan kuramların temelini oluşturduğu söylenebilir. Maslow kuramında (1954 ve 1968) bireylerin ihtiyaçlarını hiyerarşik olarak sıralamaktadır. Bu sıralamanın en altında bireyin açlık ve susuzluk gibi temel gereksinimleri bulunmaktadır. İkinci olarak, bireyin bedensel güvenliği gelirken üçüncü basamakta bireyin aile ve arkadaş gruplarına aidiyeti önem taşımaktadır. Maslow, bireyin etkileşim halinde olduğu diğerleri tarafından onaylandığı saygı aşamasını dördüncü sırada belirtmektedir. Saygı, bireyin kendisine olan özgüveni için önem taşımaktadır. Beşinci ve son aşamada ise, Maslow tarafından bireyin kendini gerçekleştirme aşaması belirtilerek bu aşamada bireyin potansiyelini ortaya çıkartması vurgulanmaktadır. Maslow'a göre insan ihtiyaçları hiyerarşik olarak bir sıralama içerisinde. Birey öncelikli olarak fizyolojik ihtiyaçlarının karşılanmasından sonra diğer ihtiyaçlarını düşünmeye başlamaktadır. Bireylerin ihtiyaçlarının tatmin sıralaması ülkelerin gelişmişlik düzeylerine bağlı olarak değişmektedir. Gelişmiş ülkelerde yaşayan bireyler üst sıralarda yer alan kendini gerçekleştirme ve saygı tatminini daha fazla yaşarlarken, daha az gelişmiş ülkelerde yaşayan bireyler ise öncelikle biyolojik ve bedensel ihtiyaçlarının tatminini düşünmekteydiler (Sirgy 1986, s. 329). Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi Kuramı yaşam kalitesi açısından bireyin ihtiyaçlarının tatmini bağlamında ele alınmaktadır.

Şekil1: Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi



Maslow'un "İhtiyaçlar Hiyerarşisi" (1968) aile yaşam döngüsü süresince; aile çerçevesinde aile bireylerinin gelişimini açıklamak için kullanılmaktadır. Bu kuram; aile ilişkileri, aile ihtiyaçlarındaki eksiklikler ve gelişen yeni ihtiyaçları içine alan değişimleri barındırmaktadır (McDonald 1979, s. 314).

Aile yaşam memnuniyeti açısından Maslow'un İhtiyaçlar Kuramı bu araştırmada birçok genç için bireysel olarak ihtiyaçlarını karşılayan kurumun aile olması nedeniyle önem taşımaktadır. Toplum tarafından, çocuğun *temel ihtiyaçlarının karşılanması* ve sosyalizasyon süreci içerisinde toplumsal hayata dâhil edilmesindeki temel görev aileye verilmektedir. Bu kapsamda gencin beslenme ve barınma gibi hiyerarşik olarak en alt sırada yer alan bedensel ihtiyaçlarının karşılanmasının öncelikle aile kurumu tarafından sağlanması beklenmektedir. Aynı zamanda aile üyeleri öncelikle ebeveynler, genci aile içerisinde veya dışarısında taciz, tehdit, şiddet, ayrımcılık ve akran zorbalığı gibi tehlikelerden koruyarak gencin *bedensel ve psikolojik güvenliğini* sağlamakta görevlidirler. Bununla birlikte ebeveynlerin çocuklarına karşı duydukları sevgi ve bağlılık gencin ailesine *aidiyeti* noktasında önem taşımaktadır. Ebeveynlerin gencin öncelikle arkadaşları ve okulda öğretmenleriyle kurdukları iletişim, birlikte zaman geçirilmesi ve doğum günleri, piknik gibi etkinliklerde aile üyelerinin bir araya gelmesi gencin ailesine aidiyetini arttıran faktörler olarak belirtilebilir.

Gencin hayata hazırlanmasında karşısına çıkan problemleri aşabilmesi için ailesi tarafından verilen cesaret ve destek de gencin kendisine olan *saygısını* arttırmaktadır. Ayrıca ailevi konularda gence görüşünün sorulması ve fikirlerine saygı duyulması gence *özgüven* sağlamaktadır. Son olarak gençlerin yaratıcılıklarını kullanarak hobi geliştirmeleri ve yeni diller öğrenerek *kendilerini gerçekleştirmelerinde* de aile kurumunun ve aile ilişkilerinin rolü bulunmaktadır (www.phdinparenting.com). Bu bağlamda bu araştırmada Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi Kuramı'na yer verilmiştir

Gencin fizyolojik (beslenme, barınma), psikolojik (saygı, destek, onay) ve sosyal ihtiyaçlarının (aidiyet, arkadaşlık, güven) karşılanması yaşam kalitesini / yaşam memnuniyetini etkilemektedir. Fakat günümüz toplumunda temel ihtiyaçlar pek çok birey tarafından karşılanmasına rağmen yaşam kalitesi temel ihtiyaçların ötesine taşınmakta ve yaşam memnuniyeti bireysel olarak amaçlara ulaşmayla ilişkilendirilmektedir (Veenhoven 1999 aktaran Bradley ve Corwyn 2004, s.385). Bu noktada memnuniyet kavramı devreye girmektedir.

Veenhoven'ın "Yaşanabilirlik" Yaklaşımı

Veenhoven yaşam kalitesinde öznel ve nesnel göstergelerin birlikte ele alınmasına vurgu yaparak yaşam kalitesini sosyolojik yönüyle açıklamaktadır.

Yaşam kalitesi araştırmalarının ana odağı, Veenhoven'a (1996, s. 11) göre, daha iyi bir topluma ulaşmak için mevcut koşulların standartlara ne kadar uyduğunu ve ideal olana ne kadar yakın olduğunu anlamak için kriterler geliştirmek olarak belirtilmiştir. Bununla birlikte yaşam kalitesi Veenhoven (1996) tarafından 'yaşanabilirlik' kavramıyla açıklanmıştır.

Yaşam kalitesini sosyolojik açıdan Veenhoven (1996) toplum ve birey düzeyinde değerlendirmiştir. Bir ülkede yaşayan bireylerin yaşam kalitelerinin düşük olması yeterli miktarda yiyecek, barınma ve sağlık hizmeti gibi koşulların eksikliği anlamına gelmektedir. Diğer bir ifadeyle, toplum düzeyinde, ülke bireyler için 'yaşanabilir' özellikleri sağlamamaktadır. Bireysel düzeyde ise

yaşam kalitesi bireyin olumlu ve olumsuz deneyimleri ele alınarak açıklanmaktadır. Örneğin; bireyin yaşam kalitesinin düşük olması, bireyin yoksul olması ve/veya başarılı olmadığı anlamına gelebileceği gibi, güçlü, popüler ve varlıklıyken de birey düşük yaşam kalitesine sahip olabilir. Diğer yandan da birey; yoksul, güçsüz ve yalnızken fiziksel ve zihinsel olarak iyi durumda olabilir (Veenhoven 1996, s. 13). Bu noktada bireylerin yaşamlarını değerlendirmelerinin önem kazandığı söylenebilir.

Veenhoven yaşam kalitesini açıklarken; öncelikle içsel ve dışsal kalite ayrımı yapmış, yaşamı da şanslar ve sonuçlar üzerinde durarak ele almıştır.

Tablo 2: Veenhoven’ın “Yaşanabilirlik” Yaklaşımı

	Dışsal Kaliteler	İçsel Kaliteler
Yaşam Şansları	Çevrenin Yaşanabilirliği	Bireyin Yaşam Becerisi
Yaşam Sonuçları	Yaşam Faydası	Yaşam Değeri

Yaşam şansları ve yaşam sonuçları birbiriyle ilişkili fakat aynı değildir. Yaşam şansları ve sonuçları iyi yaşam ve iyi yaşam için sunulan imkânlar arasındaki farkı oluşturmaktadır. Diğer bir ifadeyle gerçeklik ve olasılık arasındaki farktır. Bazı yaşam şansları gerçekleştirilemeyebilirken, tersi olarak da; bireyler bazen kısıtlı imkânlarına rağmen yaşamlarında olumlu kazanımlar elde edebilirler (Veenhoven 2000, s. 3).

Tablonun üst kısmında yaşam kalitesinin, iki değişkeni bulunmaktadır. Buradaki dışsal kalite; bireyin çevresindeki dışsal fırsatları oluştururken, içsel kalite, dışsal fırsatlardan yararlanabilmek için gerekli içsel kabiliyet anlamına gelmektedir. Bununla birlikte çevresel şartlar yaşanabilirlik kavramını, bireysel kabiliyetler ise yaşam becerisini oluşturmaktadır.

Çevrenin yaşanabilirliği; çevrenin özelliğini yansıtmakta, çevresel şartlara atıfta bulunarak yaşam koşullarının iyi olması anlamına gelmekte ve çevrenin ‘yaşanabilirliği’, için kullanılmaktadır. *Bireyin yaşam becerisi* ise, problemlerle

karşılaştığı zaman bireylerin çözme becerilerine vurgu yapmakta ve bireysel kapasite olarak değerlendirilmektedir. *Yaşam sonuçları*, bireyin çevresel koşulları ve kendi değerleri bağlamında açıklanır. Yaşamın dışsal değerlendirilmesi '*yaşam faydası*' kavramıyla '*yaşam değeri*' kavramı da içsel değerlendirme olarak ele alınmaktadır. Yaşam faydası, bireyin içsel farkındalığından bağımsız olarak bireyin bakış açısından görülmeyen dışsal faydadır. Dışsal faydanın içsel olarak farkındalığı olmayabilir. Daha açık bir ifadeyle, dışsal faydalar bireyin yaşamına birey farkında olmadan fayda sağlayabilirler. Diğer taraftan içsel kalite ise, bireyin bakış açısı ve öznel değerlendirmeleri sonucu elde edilir. Bu alan 'öznel iyi olma', 'yaşam memnuniyeti' ve 'mutluluk' kavramlarıyla birlikte değerlendirilmektedir (Veenhoven 2000, s. 5).

Yaşam memnuniyeti yaşam kalitesinin 'görünür' yönünü oluşturmakta ve yaşam memnuniyeti araştırmalarının verileri toplumu, zamansal olarak izleme imkânı sağlamaktadır. Toplumda ortalama memnuniyet düzeyi artması, toplumların veya sosyal grupların yaşam kalitelerinin yükseldiği anlamına gelirken memnuniyetin düşmesi ise çeşitli problemlerin olduğunun işareti olarak görülmektedir (Veenhoven 1996, s.14).

2.2.2. Aile Yaşam Memnuniyetine İlişkin Kuramsal Açıklamalar

Aile yaşam kalitesi / aile yaşam memnuniyeti ile ilgili kuramsal açıklamalar çeşitlilik gösterdiği söylenebilir.

Brown ve Brown (2004) aile yaşam kalitesi kuramlarında, öncelikle aile kurumuna dair özellikleri belirtmişlerdir. Ailenin, bireysel veya toplumsal bir nedene bağlı olarak değişime açık bir yapıya sahip olmasını ailenin *dinamik* yapısı olarak ele almışlardır. Aile üyeleri birbirine bağlı yani *bütünseldir* bunun yanı sıra aile bireysel *algı* ve *değerlerle* de karakterize edilmektedir. Aynı zamanda her ailenin birbirinden farklı değerler, amaçlar ve ihtiyaçları bulunduğu belirtilerek *değişken* olduğu vurgulanmaktadır. Aile üyelerinin bireysel olarak

“benzersiz sosyal birimi” oluşturarak “kim, kimlerle iletişim halinde, gelir kaynaklarının ne olduğu, aile için neyin önemli olduğu ve gelecekte umutları” *ailenin kendi yansımasını* oluşturmaktadır. Bu bağlamda toplumun aile üzerindeki etkisi *aileyle ilişkisidir*. Diğer yandan Brown ve Brown (2004) bireylerin yaşamları süresince bedensel ve psikolojik gelişimlerine bağlı olarak aile yaşam kalitesini *bireyin yaşamsal dönemiyle* bağlantılı olarak değerlendirilmektedirler. Aile yaşam kalitesine dair bu özellikler belirtilerek aile yaşam kalitesinin kuramsal açıklaması Brown vd., (2003) tarafından kategorik olarak *fırsatlar, girişimcilik, kazanım ve memnuniyet* başlıkları altında yapılmıştır. Bu başlıklar, ailelerin ihtiyaçlarını giderebilmek için şanslara sahip olması noktasında *fırsatlar*, ailelerin çabası *girişimcilik*, ailelerin istediklerini elde etmeleri *kazanım*, ailelerin genel değerlendirmesini ise *memnuniyet şeklinde* operasyonelleştirilmiştir. Kuramlarında bu dört kategorinin her biri aile yaşam kalitesinin sağlık, finansal durum, aile ilişkileri, diğer bireylerden destek görme, hizmetlerden yararlanabilme, kariyer planlama, dini ve kültürel yaşam ve sivil toplum başlıkları altında ele alınmaktadır. Diğer bir ifadeyle Brown vd., (2003) en temel şekilde aile yaşam kalitesinde ailelerin kültürleriyle bağlantılı olarak geleneklerini yaşattığı, çocuklarını sosyal ve kültürel bağlam içinde yetiştirdiklerini belirtmiş ve aile bireylerinin sağlıklı olma, bireysel veya toplu olarak girişimde bulunma, ortak bir amacı gerçekleştirme, yaratıcı olma, birlikte eğlenceli zaman geçirebilme özelliklerine vurgu yapmışlardır (aktaran Wang ve Brown 2009, s. 152).

Aile yaşam kalitesinin aile dinamikleri ve aile bireylerinin ihtiyaçlarına bağlı olarak bireylerin yaşamları süresince döngüsellik oluşturduğu fikrinden hareketle Zuna vd., (2009) aile yaşam kalitesine yönelik kuramsal açıklamalar yapmışlardır. Açıklamalarının temeli *öznel değerlendirmeler, üyelerinin ihtiyaçlarının karşılanması* ve ailenin *birim olarak ele alınmasıdır*. Daha açık bir ifadeyle, Zuna vd., (2009) aile yaşam kalitesinin, dışardan bireyler tarafından değerlendirmeye açık olmadığını çünkü aile üyelerinin *öznel değerlendirmelerini* içeren memnuniyete dayandığını ifade etmişlerdir. Ayrıca aile yaşam kalitesi ile ilgili açıklamalarının ortak noktası *aile üyelerinin ihtiyaçlarının karşılanmasıdır*. Açıklamalarında aile bireylerinin ihtiyaçlarının karşılanması beklentisi

belirlenmektedir. Bu beklentinin kolektivist toplum yapısında daha fazlayken bireyci toplumlarda az olmasına rağmen bütün kültürlerde bulunmakta olduğu ifade edilmiştir. Açıklamalarında *aile birimi*; ailenin bütünlüğü ve aile bireylerinin karar alma süreçlerine katılımı ve aile etkinliklerine katılım (örneğin birlikte yemek yeme, bir arada olma, okul ve sportif etkinliklere katılım) içerisinde incelenmektedir. *Aile biriminin* bileşeni olan *aile karakterleri*; ailenin geliri, büyüklüğü, ikameti, dini inançları, etnik kökeni ve aile şekli – biyolojik olmayan anne/baba olarak tanımlanmıştır. *Aile dinamikleri* ise iki veya daha fazla aile bireyi arasındaki devam eden iletişim hali olarak ele alınmaktadır. *Aile dinamikleri*; uyum, karar alma ve birlikte olabilmeyi içermektedir (Zuna vd., 2009, s. 261-262).

Diğer taraftan aile yaşam kalitesinin ailenin *ekonomik durumuna* da ağırlık verilmektedir (Kresak 2012, s. 24-25). Sosyo-ekonomik durum bireye ihtiyaçlarını sağlama imkânı sağlarken istediklerine ulaşma fırsatını da beraberinde getirmektedir. Aynı zamanda ailenin ekonomik durumu sosyolojik açıdan bireyin arkadaş ortamını belirlediği gibi çalışma hayatına girebilmesi için çeşitli şansları sağlayabilmektedir. Bu nedenle bireyin ailesinin ekonomik durumundan duyduğu memnuniyet araştırılmaktadır.

Aile yaşam kalitesinin kuramsal açıklamalarında üzerinde durulan bir diğer nokta ise *ebeveynlerdir*. Shek (2008) aile yaşam kalitesi açıklamasında ebeveynler üzerinden araştırmasında kullanmak üzere göstergeleri belirlemiştir. *Ebeveyn davranışlarını* (çocukları hakkında ebeveynlerin haberdarlığı, ebeveynlerin çocuklarından bekledikleri davranışlar, ebeveynlerin çocuklarının davranışlarını gözlemlmeleri, ebeveynlerin çocuklarına yönelik disiplinleri, ebeveynlik yaklaşımları / çocuklarına yönelik sorumlulukları ve çocuklarının taleplerini karşılama durumları, çocuklarının kontrolü) ve *ebeveyn - çocuk ilişkisinin kalitesi* (ebeveynlerin çocuklarına yönelik güveni, çocuklarının ebeveynlerine yönelik güveni, çocukların ebeveynleriyle kurdukları açık iletişim ve çocukların ebeveyn kontrolünden duydukları memnuniyet) gibi göstergeler çerçevesinde aile yaşam kalitesini ele almıştır (aktaran Sirgy 2012, s. 357).

Aile yaşam kalitesi maddi anlamda bireyin ihtiyaçlarının karşılanmasıyla birlikte duygusal boyutlarıyla birlikte ele alınmaktadır. Örneğin Retting ve Leichtentritt (1997) aile yaşam kalitesini; *sevgi, statü, hizmetler, bilgi, mallar ve para* bağlamında incemiştir. Bunlardan aile ortamı bireysel olarak sevgi ve şevkat ihtiyacını karşılaması (sevgi), saygı ve güven (statü), kolaylaştırıcılık ve yardım (hizmetler), anlamların paylaşılması (iletişim), sahip olma (mal varlığı), para (ekonomik kaynaklar) olarak değerlendirilmiştir (aktaran Sirgy 2012, s. 355). Edinilen mal varlığı ve para yaşam kalitesinin nesnel yönünü oluşturmaktayken sevgi ve şevkat ise yaşam kalitesinin duygusal yönünü oluşturmaktadır. Bu nedenle Retting ve Leichtentritt (1997)'in yaşam kalitesinin nesnel ve öznel yönlerini bir arada ele aldıkları söylenebilir.

1960'lı yıllardan itibaren bireylerin yaşamlarının yalnızca sosyo-ekonomik düzey, yaşadıkları evin büyüklüğü gibi nesnel yönleri üzerinden yapılan araştırmaların yetersiz kalabileceği ve bireylerin mevcut koşullarını değerlendirmeleri sonucu elde edilecek memnuniyet durumunun önem kazanmaya başlamasıyla birlikte aile yaşam kalitesinden aile yaşam memnuniyetine doğru bir geçiş yaşanmıştır. Diğer bir ifadeyle bireyin içinde bulunduğu ekonomik koşulların değerlendirilmesi önem kazanmıştır. Memnuniyete odaklanarak aile yaşam memnuniyeti aile içi ilişkiler bağlamında ele alınmıştır.

Aile yaşam memnuniyetinin kuramsal zemininde yer alan aile dinamiklerini; De Coster ve Rena (2013) *pozitif aile ortamı, aile sıcaklığı, anlayış, eğlenebilme ve ilgi* olarak ele almışlardır.

Aile yaşam memnuniyetinin kuramsal olarak açıklama zemininde *aile yapısının* da belirleyiciliği üzerinde durulmaktadır. Örneğin boşanma veya vefat nedeniyle aile yapısında değişimler yaşanabilmektedir. Louis ve Zhao (2002) aile yapısındaki bu tür değişimlerin çocukların ve gençlerin yaşam memnuniyetleri üzerinde olumsuz etkileri olabileceğini belirtmektedir. Benzer şekilde Cavanagh (2008), aile tiplerinin giderek çeşitlilik göstermesinin çocukların / gençlerin yaşam dönemlerinde önem taşıdığını belirtmiştir. Aile yaşam memnuniyetinde üzerinde durulan diğer bir faktör olan ebeveyn çocuk ilişkisinin kalitesi ve

ebeveyn çocuk etkileşiminin sıklığı '*ebeveyn bağlılığı*' olarak isimlendirilmektedir (Crawford ve Novak 2008, s. 161). Aile yapısının yanı sıra, ebeveyn çocuk ilişkisinin kalitesinin çocuğun kendini iyi hissetmesi ile ilişkili olmasını Falci (2006, s. 123) vurgulamıştır. Cui vd., (2002, s. 678) gencin *ebeveynleriyle olan etkileşimini* etkileyen süreçler olarak ailenin (sosyo-ekonomik özellikleri, aile yapısı, ebeveynlerin eğitim durumunu) incelemişlerdir.

Daha öncede belirtildiği gibi yaşam kalitesi araştırmalarında yaşam kalitesinin nasıl açıklanacağı konusundaki ayrılık aile yaşam kalitesi / aile yaşam memnuniyeti araştırmalarında da devam etmektedir. Yapılan açıklamalar bağlamında aile yaşam memnuniyetinin kuramsal açıklamasında ailenin ekonomik durumu; yaşanılan ev, ihtiyaçların karşılanabilmesi gibi nesnel göstergeler üzerinden değerlendirilebilmektedir. Diğer taraftan aile yaşam memnuniyeti, bireylerin ilişkileri bağlamında aile üyeleriyle iletişimleri ve sahip olduklarını değerlendirmeleri gibi öznel göstergeler odağında da açıklanmaktadır. Bu araştırmada da zayıflama davranışı olan gençlerin aile yaşam memnuniyetleri; aile bütünlüğü, aile içi ilişkiler-ebeveynler arası ilişkiler, ebeveyn ve genç ilişkisi, kardeşler arası ilişkiler-, ebeveynlerin gence yönelik ilgisi, aile içi sorumluluklar ve karar alma süreçlerine katılım bağlamında ele alınmıştır. Araştırmada mikro düzeyde zayıflama davranışı olan gençlerin aile yaşam memnuniyetlerine öznel göstergeler üzerinden bakılmıştır.

3.BÖLÜM ARAŞTIRMANIN BULGULARI

3.1. AİLELERİN SOSYO-DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERİ

Katılımcıların ailelerinin sosyo-demografik özelliklerinde; yaş, kardeş sayısı, kardeş yaşı, aile bütünlüğü, ebeveynlerin yaşamını en çok geçirdiği yer, hane büyüklüğüyle birlikte ebeveynlerin meslek ve eğitim durumlarına yer verilmiştir.

İlk olarak gençlerin anne ve babalarının yaşlarına bakıldığında; katılımcıların ebeveynlerinin yaş aralığının 40-57 arasında değiştiği görülmektedir. Katılımcıların annelerinin yaşları incelendiğinde en genç olan anne 35 yaşındayken, yaşı en büyük olan anne ise 60 yaşındadır. Katılımcıların babalarının yaş aralığının ise, annelerle benzer şekilde 40-66 yaş aralığında olduğu görülmüştür. Bununla birlikte en genç baba 40 yaşındayken katılımcılardan birisinin babası ise 70 yaşındadır.

Katılımcıların kardeş sayıları ele alındığında, katılımcıların ortalama iki kardeş oldukları anlaşılmıştır. Araştırmada tek çocuk olan katılımcı bulunmamaktadır. Katılımcıların kardeşlerinin yaşı incelendiğinde en küçük kardeş iki yaşındayken en büyük kardeş ise otuz beş yaşındadır. Diğer kardeşler ise sekiz-otuz yaş aralığındadırlar.

Katılımcıların aile bütünlüklerine bakıldığında iki katılımcının anne ve babasının resmi olarak boşandığı görülmüştür. Anne ve babası boşanan bu katılımcıların babaları ikinci evliliklerini yapmış ve bu evlilikten de çocukları olmuştur. Aynı zamanda bir katılımcının babası diğerinin de annesi vefat etmiştir.

Katılımcıların anne ve babalarının yaşamlarını en çok geçirdikleri yerler; Irak, Konya, Ankara, Tekirdağ, Muş, Adıyaman, Zonguldak, Antalya, İstanbul, Çorum, Batman ve İzmir şeklindedir. Diğer taraftan katılımcıların aile yapısının çekirdek aileden oluştuğu görülmektedir. Yalnızca katılımcılardan biri babaannesinde kendileriyle birlikte yaşadığını belirtmiştir.

Katılımcıların anne ve babalarının eğitim düzeyleri incelendiğinde ise, iki katılımcının babalarının üniversite mezunu olduğu ve birisinin tıp doktoru olarak diğerinin ise eczacı olarak mesleğini devam ettirdiği anlaşılmıştır. Bir katılımcının babası ise öğretmendir. Diğer katılımcıların babaları memur, emlakçı, esnaf ve çiftçi olarak çalışmaktadırlar. İki katılımcı, babalarının eğitim almadığını belirtmiştir.

Katılımcıların annelerinin eğitim düzeylerine bakıldığında, katılımcılardan ikisinin annesinin üniversite mezunu olduğu anlaşılmıştır. Bu katılımcılardan annesi üniversite mezunu ve biyolog olan anne çocuklarına bakmak için mesleğini yapmamış ve şu anda ev hanımıyken diğer anne eczacı olarak çalışma yaşamına devam etmektedir. Ayrıca bir katılımcının annesinin lise mezunu ve laborant olarak çalışmakta olduğu görülmüştür. Bunun yanında bir katılımcının annesi ise tıbbi sekreter olarak çalışmaktadır. Katılımcılardan ikisi annelerinin okuma yazma bilmediğini belirtmişlerdir.

Katılımcılar hane gelirlerini genellikle ortalama olarak değerlendirmişlerdir. Katılımcılar tarafından aylık ortalama hane gelirleri 2000 TL - 3000 TL olarak ifade edilmiştir. Fakat anne veya babası üniversite mezunu olan ve doktor, eczacı olarak çalışan katılımcıların ekonomik gelirlerinin daha fazla olduğu anlaşılmıştır.

3.2. GENÇLERİN ZAYIFLAMA DAVRANIŞLARININ NEDENLERİ

Araştırmada öncelikle gençlerin zayıflama davranışlarının nedenlerinin neler olduğunu anlamaya odaklanılmıştır. Bu bağlamda araştırmanın ana problem cümlelerinden birincisi “gençler zayıflama davranışlarını hangi nedenlere bağlı olarak açıklamaktadırlar” şeklindedir. Bu ana problem cümlesine ilişkin olarak iki alt problem cümlesine cevap aranmıştır. Bunlardan bir tanesi “gencin gözünden zayıf beden tanımının ne olduğunu” anlamakken, diğeri gencin gözünden “zayıf bedene sahip olmanın neden önemli olduğunu” anlamaya ilişkindir. Bu çerçevede gençlerin kendi ifadeleri ile ‘zayıf bedeni’ nasıl

tanımladığı, genç için ‘zayıf bedene’ sahip olmanın neden önem taşıdığı ve böylece genci zayıflamaya iten faktörlerin neler olduğu anlaşılmaya çalışılmıştır.

3.2.1. Gençlerin “Zayıf Beden” Tanımı

Araştırmada “genç için zayıf beden tanımının ne olduğu” alt problem cümlesine ilişkin iki temaya ulaşılmıştır. Bu temalardan ilki “kalabalıkta görünmez olma isteği: ideal bedene atfedilen değer” iken diğeri “kaliteli bir yaşam isteği: sağlıklı bedene atfedilen değer” şeklindedir.

3.2.1.1. Kalabalıkta Görünmez Olma İsteği: İdeal Bedene Atfedilen Değer

Gençlerin gözünden zayıf olmanın anlamı çerçevesinde ulaşılan ilk tema “kalabalıkta görünmez olma isteği: ideal bedene atfedilen değer”dir. Gencin anlam dünyasında “zayıf olmak” ya da “zayıf bedene sahip olmak” gencin sosyal çevresi tarafından belirlenen ve idealize edilen bedene sahip olmaktır. Daha açık bir ifadeyle, sosyal çevrenin istediği normlara uygun bedene sahip olamamanın özellikle gencin sosyal yaşam alanında bazı sorunlara yol açabileceği vurgulanmıştır. Bu bağlamda katılımcılar eğer “ideal”, “istenilen”, “beklenen” yani “zayıf bedene” sahip değillerse günlük yaşamlarında özellikle alışverişlerinde kendilerine ne tip (renk, genişlik, model) giysi alabilecekleri noktasında kısıtlamalar yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Örneklendirilen katılımcı ifadeleri belirtilen noktaları yansıtmaktadır.

‘Ben pantolon almaya çıktığımda krep dedikleri şeyler var. Sadece ve sadece istenilen vücut tipine uygun şeyler görüyorum. İşte slim dar, yüksek belli crop top dedikleri şeyler var. Onları giymek için göbeğinin olmaması lazım. Yaa her şey ya aslında hatta böyle ayakkabılar bile uzun zayıf kadınların ayaklarına göre yapılıyor’ (Melek, 21)

‘Kilolu olduğum zamanlarda tayt hiç giymedim...’ (Hilal, 22)

'Normalde renk yoktu benim kıyafetlerimde. İstediğim gibi bir pantolonu çok nadir olarak bulurdum. Onun olanını bulduğumda 3 tane falan alıyordum. Genelde eşortman alıyordum. Aynı eşortmandan 3 tane aldığımı biliyorum ve hep siyah ve griydi' (Yeşim, 19)

Ayrıca katılımcılar tarafından sosyal çevrelerinin kendilerinden bekledikleri "ideal bedene" sahip olmama durumunun, bedenlerini dolayısıyla kendilerini giysilerle saklama/örtme davranışlarını ön plana çıkarabildiği ifade edilmiştir.

'Elbisede (giyemiyordum) niye malum mesela elbiselerde böyle karından olur ya orada benim göbük çıkacak kalça çıkacak diye. Tabii bunlar rahatsız ediyor' (Hilal, 22)

İster istemez oturduğumda bile şurama çanta koyuyorum. Bir kapatma ihtiyacı oluşuyor (Özlem, 21)

'Mesela benim bacaklarım kalın buraları kapatacak daha bol şeyler giyiyordum. Tunikler renkler hep siyahtı, kahverengiydi. Böyle beni kapkaranlık gösteren renkler giyiyordum. Kilolarımı örtecek şekilde giyinerek daha görünmez olmam lazımdı. Böyle düşünüyordum' (Yıldız, 24)

'(kilolu olduğum dönemde) çok görmesinler fark etmesinler beni isterdim' (Yeliz, 22)

'Böyle çok yani göz önünde olmamak için ekstra çaba sarf ediyordum falan o zaman. Böyle daha omuzları düşük, kafa aşağıda öyle gidiyordum yerleri inceleyerek' (Aslı, 20)

Bununla birlikte katılımcılar kilo verdikçe sosyal çevreleri tarafından beklenen, arzu edilen bedene yani “güzel bedene” ya da “toplum tarafından idealize edilmiş bedene” ulaşabileceklerini düşünmektedirler.

‘Benim yüzüm güzel değildi. Ben yüzümün zayıfladıktan sonra güzel olduğunun farkına vardım’ (Meltem, 20)

‘Ben fit olmayı isterim kendimi zayıfken daha çok beğeniyordum. Daha sağlıklı, daha fit, daha güzel buluyorum’ (Sema, 24)

Belirtilenler ışığında katılımcılar, kilo vermenin/zayıf olmanın yanında zayıf bedene sahip olmanın toplumun beklentisini karşıladığı için kendilerine ilişkin beğenilerinin de arttığını kendilerini daha çok sevdiklerini ve dolayısıyla özgüvenlerinin yükseldiğini belirtmişlerdir.

‘Zayıfladığım dönemde şu anda daha girişken, işte daha özgüvenli ve daha hareketli olduğumu düşünüyorum. Kilo verdikten sonra özgüvenimin çok arttığını düşünüyorum’ (Yeşim, 19)

‘(Zayıfladığım için) Kendime daha iyi görünmeye başladım. Yürüyüşü bile değişiyor insanın. Yani böyle daha rahat yürüyorum’ (Sevgi, 24)

Katılımcılar zayıf olmanın ciddiye alınmak ve değer verilmek noktasında da önemli olduğunu belirtmişlerdir.

‘Biz bir kabul görmek için zayıflıyoruz. Aslında kilolu bir insanla muhatap olduğumuzda çok da ciddiye almıyoruz ama daha zayıf bir insan gördüğümüzde farklı davranıyoruz’ (Yeliz, 22)

Örneklendirilen ifadelerden de görüldüğü üzere gencin anlam dünyasında zayıf bedene sahip olma, zayıflama ve zayıf olmaya yönelik davranışlarının altında kendilerine sunulan dolayısıyla sosyal çevre tarafından arzu edilen, istenilen, ideal bedene sahip olabilme hedefleri yatmaktadır. Bu bağlamda katılımcı gençler için zayıf beden demek; rahat giysi alışverişinin yapılabildiği, kiloların/bedenin gizlenmediği/ örtülmediği/ kapatılmadığı sıklıkla herkes tarafından güzel olarak tanımlanan bedendir.

3.2.1.2. Kaliteli Bir Yaşam İsteği: Sağlıklı Bedene Atfedilen Değer

Gençlerin zayıflama nedenleri anlaşılmaya çalışılırken, ideal bedenın yanı sıra sağlıklı olma idealinin katılımcılar tarafından ön plana çıkarıldığı dikkat çekmektedir. Bu bağlamda ulaşılan tema “kaliteli bir yaşam isteği: sağlıklı bedene atfedilen değer” olarak açıklanmıştır.

‘Sağlıkçı gibi bakmak gerekirse de özellikle nefes alıp vermede zorlanma, çabuk yorulma kilo çok etkiliyor. Organların yağlanması yani kaliteyi düşürüyor. Yaşadığım kaliteyi düşürüyor’ (Sema, 24)

‘Kilo hayat kalitesini gerçekten çok etkiliyor. Yürüyen merdiven olmadan yukarı çıkamıyordum. Eğilme kalkma gibi hareket kabiliyetini bile etkiliyor kilo. Çok göze batmayan ama aslında gerçekten hayatı kısıtlayan bir durum. Ben şunu hatırlarım Karanfil Sokak’tan çıkıp dershaneye hızlı adımlarla gidemezdim. Sürekli durur ve beklerdim. Bekle git gibi’ (Meltem, 20)

Bu tema üzerinden düşündüğümüzde katılımcılar kilonun yaşamlarında bazı temel sağlık sorunlarına yol açtığını belirtmişlerdir. Zira katılımcılar kilolu oldukları dönemlerde nefes alıp vermede zorlandıklarını, çabuk yorulduklarını, damar tıkanıklığı, bedenlerinin tüylenmesi/ kıllanması, şeker ve tansiyon hastalıklarının artışı ve eklem ağrıları gibi risklerle karşı karşıya kalmalarının ya

da bazen bu sorunları deneyimlemeleri sonucunda zayıf bedeni sağlıklı bedenle örtüştürmüşlerdir. Bu durumu yansıtan katılımcı ifadelerinden örnekler aşağıda verilmiştir.

‘Sağlık açısından vücudumuzun en iyi hale gelmesi gerektiğini düşünüyorum. Kilolu olmayı vücuda yapılan en büyük kötülük olarak değerlendiriyorum. O yüzden zayıflamak gerekli’ (Hakan, 20)

‘Kilonun kesinlikle sağlık durumuyla alakası var. Kilo kılınma yapıyor. Kolesterolü yükseltiyor. Fazla kilo testosteron hormonlarını yükseltilebiliyor. Kan şekeri değerlerini bozabiliyor. Gizli şeker çıkartabiliyor. O yüzden böyle şeylerden çok korkuyorum. Birde artık ayakkabı bağlarken bile göbeğim bana engel olmaya başlamıştı. Merdiven çıkarken yoruluyordum. Yani böyle artık dilim dışarıya bakıyordu’ (Melek, 21)

‘Zayıflamayı aslında şunun için istedim. Yani aslında sağlık için istedim. Kalabalıkta nefesim kesildi. Kötü olduğumu hissettim. O kadar insan varken onlara çaktırmak da istemedim. Ben böyle bir acı içerisinde yoluma devam ettim’ (Murat, 21)

‘O kilo almış olduğum dönemde bende sırt ağrısı çıktı. Çok fazla bir kilom yoktu ama sırt ağrılarım, bacak ağrılarım ve eklem ağrılarım çıktı’ (Yeliz 22)

Dolayısıyla katılımcılar açısından, zayıf bedene sahip olmak kaliteli yaşamın/sağlıklı yaşamın bir göstergesidir.

Yukarıda belirtilen ana problem cümlesiyle ilgili olarak elde edilen “kalabalıkta görünmez olma isteği: ideal bedene atfedilen değer” ve “sağlıklı bedene atfedilen değer” temaları gençlerin bakış açısından zayıflama davranışlarının nedenlerini açıklamada önemli ipuçları vermiştir.

3.2.2. Gençler İçin Zayıf Bedenin Önemi

Araştırmada “genç için zayıf bedene sahip olmanın öneminin ne olduğu” alt problem cümlesine ilişkin ulaşılan temel soyutlama, genç için bedenin beğenilmesi noktasında şekillenmektedir.

3.2.2.1 Aynayla Barışmanın Önemi: Bedenin Beğenilmesi

Katılımcılar açısından zayıf olmanın önemi bağlamında geliştirilen problem cümlesine ilişkin olarak “aynayla barışmanın önemi: bedenin beğenilmesi” temasına ulaşılmıştır. “Beğenilen beden” ise, toplum tarafından idealize edilen bedendir.

Diğer taraftan zayıf beden tanımında da açıklandığı gibi sosyal çevrenin güzellik beklentisine yakınlaşmak için zayıf olabilmek genç açısından önem taşımaktadır. Bununla birlikte katılımcıların toplum tarafından idealize edilen “zayıf bedene” ulaşması katılımcıların kendilerini güzel bulmaları ve kendilerine güven duymaları noktasında önemli bulunmuştur.

‘Benim içim aslında enerjik hareketli. Ben kendimi sevmiyordum. Mutlu olamıyordum. Hayalimdeki ben öyle değildi aslında ben başka birisi gibi hissediyordum fakat aynaya baktığımda onu göremiyordum. Başka birisini görüyordum. Benim daha enerjik daha hareketli olmama engel oluyordu. Kilo bir fazlalıktı benim için. Kendim için farklı bir yaşam tarzı istiyordum. Kilolu olduğumda ben aynaya bakamıyorum. Vücuduma bakamıyorum. Yani kendimi sevmiyordum ama zayıfladıktan sonra kendimi iyi hissetmeye başladım’ (Yeşim, 19)

'Aslında çok da bedenime bakmıyorum. Daha çok gözlere bakıyorum. Konuşurken de ben karşı tarafın gözlerinin içine bakarım. Aynada da ben kendi gözümün içine bakıyorum' (Duru, 23)

'Çok durmam aynanın karşısında. Şimdi lanet edip bir de sigara yakıyorum' (Sema, 24)

'Aynaya çok bakmazdım. Görmek istemezdim. Hiç makyaj yapmazdım. Şimdi yani maksimum şu kadar makyaj yapmaya başladım. Hiç yapmıyordum önceden. Çünkü bana kimse bakmaz diye düşünüyordum ama şimdi iyi olduğumu düşünüyorum' (Yıldız, 24)

'Şu anda daha rahat, daha rahat özgür bir hayat demek benim için. Aynaya bakıp bir şey giydikten sonra hayır olmuyorum deyip arkadaşlarıma işim çıktı deyip bahaneler uydurabiliyordum. Şu anda daha iyiyim daha özgüvenliyim. Aynaya baktığımda bir şey giydiğim zaman nasıl olur demiyorum. Onun öncesinde öyle diyordum' (Yeliz, 22)

Aynı zamanda katılımcılar açısından zayıf olabilmek yaşamın çeşitli alanlarında örneğin kıyafet tercihlerinde gence özgürlük getirdiği için önem taşımaktadır.

'Bazen dışarıya çıkacağım zaman yok diyorum. Dar, kısa, kapri pantolon, v yaka bluz bana yakışmıyor falan diye düşünüyorsun. Ben kendime v yaka yakıştırmıyorum. Benim bacaklarım kalın olduğu için bana ispanyol paça da yakışmıyor'. (Burcu, 22)

Mesela şu an şu gömleğin içimde olması gerekiyor ama pantolonun dışında. Fit olduğumda, daha dar pantolon giyip gömleğimi içime sokup çıtır çıtır yürüyebiliyordum. Ama şu an onu yapamıyorum. Çirkin durmaması için daha fazla zaman kaybediyorum. Zayıfken çıkartır kıyafeti temiz ve ütülüysen giyersin ama şimdi bi bakmam gerekiyor yani kötü mü durdu? Çok mu belli falan filan gibi? Yani belli aslında. Çünkü var tabi bir şey. Saklamak çok kolay değil. En azından mesela dar bi body giymiyorum. Gereksiz geliyor bana rahat değil (Sema, 24)

‘Gerçekten bulamıyorsunuz yakışmıyor her şeyi giyebilmek çok güzel. Seçme şansını veriyor. Kilolu olduğum zamanlar siyah ağırlıklı giyiyordum. Mecburen koyu ya da enine çizgiler’ (Meltem, 20)

‘Şimdi yürüyüşüm kıyafetlerim falan değişti. Mesela ben zayıfladıktan sonra giyim tarzım tamamen değişti. Eskiden daha böyle paspal giyiyordum. Eskiden makyaj yapmazdım mesela’ (Hilal, 22)

Genç için zayıf beden tanımları ve zayıf beden önemi noktasındaki açıklamalar gencin neden zayıflamak istediği noktasında da açıklama getirmektedir. Ulaşılan temalar araştırmanın ana problem cümlelerinden biri olan “gençler zayıflama davranışlarını hangi nedenlere bağlı olarak açıklamaktadır?” şeklindeki problem cümlesine cevap sağlamaktadır.

3.2.3. Gençlerin Bakış Açısından Zayıf Bedene Sahip Olma İsteğinin Nedenleri

Gençlerin bakış açısından zayıf bedene sahip olmanın nedenlerine bakıldığında, ilk sırada **toplumun idealize ettiği bedene ulaşma çabası** gelmektedir. Katılımcılar zayıf beden toplum tarafından kendilerine bir hedef olarak sunulduğunu belirtmişlerdir.

‘Zayıf olmak tamamen toplumun bize lanse ettiği ve baskılandığı bir beden var. Güzel mankenler ya da istediği kıyafete girebilen insanlar’ (Lale, 19)

‘Bize bir sunulan var ve bunun için çıldırıyorlar. (İnsanlar) normal bir şekilde değil ama her şeyi bırakıp ona ulaşmaya çalışıyorlar. Arkadaşım sınav döneminde spora gidiyordu. Bir tanrı yapmışlar oraya doğru gidiyorlar (Murat, 21)

‘Yönetilen bir güzellik algısının olması tamamiyle gençleri vücutlarını bu şekilde şekillendirmeye iten bir neden’ (Melek, 21)

Aynı zamanda katılımcılar **sağlıklı bir yaşam sürdürebilmek için** zayıf olmayı sağlıklı bedene sahip olmayla açıklamışlardır.

‘Benim için daha sağlıklı olmak demektir. Zayıf olmak demek bir taraftan da baş ağrılarının az olması demek’ (Duru, 23)

‘.... olması gereken aslında sağlıklı olmamız’ (Yeliz, 22)

Karşı cinsle kurulan ilişkilerin önemli olduğu gençlik döneminde katılımcılar tarafından **karşı cins tarafından beğenilmenin** zayıf olmayla gerçekleşeceği ifade edilmiştir.

‘Erkeklerin takip ettiği kadınlar 90-60-90 Victoria Secret ölçülerinde’ (Sema, 24)

‘Bence kadın daha çok sevgilisi için zayıflıyor erkek için zayıflıyor. Sanki erkek kilo olayına ilişkide fazla takılmıyor’ (Yıldız, 24)

Karşı cins tarafından beğenilmenin dışında gençler zayıf olduklarında kendilerini daha çok **beğenmekte** ve **güzel** bulmaktadırlar.

‘Kilolu olduğum dönemde aynaya baktığım zaman kendimi beğenmedim’ (Sevgi, 24)

‘Kendime baktığım zaman kendimi daha güzel hissediyorum’ (Aslı, 20)

Aynı zamanda gençler kilo verdikleri dönemde kendilerini daha **özgüvenli** olarak gördüklerini belirtmişlerdir.

‘İşte zayıfladığım dönemde daha özgüvenli ve daha hareketli olduğumu düşünüyorum’ (Yeşim, 19)

(Zayıfladığımda) ‘Kendime özgüvenim geliyor’ (Özlem, 21)

‘Biraz zayıflamaya başladıktan sonra özgüvenim yerine geldi’ (Meltem, 20)

Bununla birlikte katılımcılar günlük yaşamlarında kıyafet alışverişlerinde toplumun ideal olarak sunduğu bedene ilişkin **kıyafet dayatmasıyla** karşılaştıklarını ve kendileri için rahat ve istedikleri renklerde kıyafet bulamadıklarını belirtmişlerdir.

‘Tarzımın böyle olduğuna inandırmıştım kendimi. Daha bol pantolon, daha bol erkek tişörtleri işte erkek kapşonluları. Bunlar bana yakışıyordu işte diyorum ki bunlar benim tarzım. Bu benim tarzım. Halbuki hiç öyle değil’ (Aslı, 20)

‘Zayıf olunca kıyafet seçerken alternatifler azalmaz’ (Burcu, 22)

Katılımcıların anlam dünyalarında genç için zayıf olmanın tanımı ve öneminden hareketle; gençler toplumun idealize ettiği bedene ulaşmak, sağlıklı bir yaşam sürdürebilmek, karşı cins tarafından beğenilmek, kendisini beğenmek, güzel bulmak, özgüvenli olmak ve kendisini yansıtan kıyafetler bulabilmek için zayıflamak istemektedirler.

3.3. GENÇLERİN ZAYIFLAMA YOLLARI

Araştırmada katılımcıların zayıflayabilmek için neler yaptıkları anlaşılmaya çalışılmıştır. Bu bağlamda “gençler zayıflama davranışları olarak hangi yolları deneyimlemektedirler” şeklindeki araştırmanın ana problem cümlelerinden ikincisi oluşturulmuştur. Katılımcıların kendi ifadelerinden yola çıkarak, ana problem cümlesine ilişkin olarak da ‘yağlardan arınma’: beslenme düzeninde değişikliğe gidiş, ‘yağlardan arınma’: hareket zamanı ve ‘yağlardan arınma’: profesyonel destek almak temalarına ulaşılmıştır.

3.3.1. ‘Yağlardan Arınma’: Beslenme Düzeninde Değişikliğe Gidiş

Katılımcıların zayıflamak için öncelikle beslenme düzenlerinde değişikliğe giderek kilo vermeye çalıştıkları anlaşılmıştır. Bu noktada, gençlerin gözünden zayıf olmanın yollarını anlamaya yönelik olarak oluşturulan ilk tema “ ‘yağlardan arınma’: beslenme düzeninde değişikliğe gidiş”dir. Beslenme düzenlerinde yaptıkları ilk değişiklik ise öğün azaltmak şeklindedir.

‘Kahvaltı yapmıyorum. Sonrasında büyük bir öğün yapıyorum’ (Nur, 21)

‘.... kahvaltı yapmadan çıkıyodum’ (Özlem, 21)

‘.... sabahları kahvaltı yapmak yerine sigara içiyorum’ (Yıldız, 24)

‘.... akşam yemeklerini yemiyorum’ (Burcu, 22)

Katılımcılar, öğün azaltmanın yanı sıra “kaliteli karbonhidrat tüketerek” unlu gıdalardan uzak durduklarını belirtmişlerdir. Uzak durulan unlu gıdalar olarak da beyaz ekmek, makarna ve pilav örneklendirilmiştir.

'Kaliteli karbonhidrat kalitesiz karbonhidrat var. Yulaflar var. Bunlar kalitelidir. Koyu renkli pirinçler bunlar kalitelidir. Bunlara dikkat etmek gerekir' (Hakan, 20)

'Makarna yemiyorum. Ekmeği eskiye nazaran çok azalttım. Önceden bir oturuşta bir ekmek yediğimi biliyorum' (Burcu, 22)

'Ben beyaz ekmek yemiyorum. Makarna yemiyorum' (Semra, 20)

'Makarna hiçbir şekilde yok' (Duru, 23)

Katılımcılar beslenme alışkanlıklarında özellikle kilo aldırıldığını düşündükleri yiyecekleri hayatlarından çıkarma yoluna gitmişlerdir. Öncelikli olarak da şeker ve çikolata yemediklerini belirtmişlerdir.

'Şekeri kesmek en başta bu. Çok basit gözükür ama çok zor bi şeydir' (Hakan, 20)

'Şekeri bıraktım ki ben tatlı yemeyi falan da böyle çok severim' (Melek, 21)

'Çok fazla çikolata yediğim zamanlar çikolata yemeyi bıraktım' (Lale, 19)

Aynı zamanda katılımcılar daha çabuk kilo vermeyi istediklerini belirterek beslenme düzenlerine metabolizma hızlandırıcı içecekler dâhil etmişlerdir. Bu içecekler; bitki çayları, bol su, tarçınlı veya limonlu su şeklindedir.

'Bitki çaylarını içmeyi normal çaya göre daha çok tercih ediyordum' (Yeşim, 19)

'Sürekli olarak kayısı çayları içtim' (Yeliz, 22)

'Limonlu su içiyorum ama içine limon sıkıyorum. Limonu tümünden atıp bir gün bekletiyorum. Ondan sonra içiyorum. Kabuğunu soymadan içine atıyorum. İki litre suyun içerisine limon koyuyorum. Ben su içmeyi (de) çok fazla seviyorum. (Günlük) üç litre falan içiyorum' (Duru, 23)

'Yeşil çayın metabolizmayı hızlandığını söylüyorlar. Ben yeşilçay normalde sevmiyordum ama yeşilçayı denedim ve sevdim. O yüzden yeşil çay içiyorum. Ekstra zayıflamak için istemiştim. İnsanlar zayıflamayı hızlandırır metabolizmayı hızlandırır dedikçe içme isteğim de arttı. Hem seviyorum hem de metabolizmayı hızlandırıyor deyip alıp içiyordum. Birde tarçın su içmeye başlamıştım' (Semra, 20)

'Ben su içmeyi çok fazla seviyorum. O yüzden çok takip etmiyorum ama üç litre falan içiyorum' (Melek, 21)

'Detoks suları yaptım. Hangi sebze neye nelere iyi gelir? Ne ile yani işte bunları ben çok araştırırım. Çok fazla uygulamam. Lahanayı denedim çok kötüydü. Soğan suyunu denedim. İşe yaradığını bildiğim için yaptım. Defne yaprağı, işte portakal kabuğu, nane, elma kabuğu, tarçın, karanfil bu tarz şeyler(den) detoks çayları (yaptım) (Aslı, 20)

Katılımcıların metabolizmalarını hızlandırmak için kullandıkları diğer bir yöntem ise, yağ yakıcı olduğuna inandıkları yiyeceklerin tüketimidir.

'Yoğurt tozu kullandım. Kilo verdiriy o aynı zamanda ödem atıyor. Bir hafta kullanıp üç gün ara verip tekrar kullanıyorsunuz' (Burcu, 22)

'Böyle yoğurdun içine karıştırıp yiyorduk keten tohumunu. Lisede yapmıştım. O zaman o kadar çok takmıştım ki kiloma. İğrenç olmasına rağmen onu yiyordum ama ondan sonra tövbe dedim böyle bir şey yemeyeceğim' (Özlem, 21)

‘... çörek otu yağı içiyorum...’ (Duru, 23)

‘Sandaloz sakızı diye bir şey yaptım. İçeriğini söylemişlerdi ama tam bilmiyorum. Yine bağırsaklarla alakalı bir işti. Tuvalet ihtiyacından kaynaklı sürekli aktif bir süreç yaşıyor’ (Meltem, 20)

Bunlara ek olarak katılımcılar zararlı olduğunu düşünmelerine rağmen şok diyetlere yönelerek zayıflamak istedikleri dönemde beslenme alışkanlıklarında değişikliğe gitmişlerdir.

‘Lahana diyeti yaptım. Yani ölüm gibi bir diyet. Bi lahana çorbası yiyorsunuz. Bağırsak düzeninizi bozuyor. Normal lahana çorbası. Gün içinde dört-beş kez yiyebiliyorsunuz. Kaç kez yiyebiliyorsanız. Başka hiçbir şey yok. Kahvaltıda falanda yanına işte şekerli hiçbir şey yok. Yoğurt belki. Limon ve bitki çayı takviyesiyle’ (Meltem, 20)

‘Bi kere lahana diyeti yapmıştım’... (Duru, 23)

‘Bir dönem her gün her öğünde sadece karpuz yedim. Sadece karpuz yedim. Sürekli karpuz yiyerek kilo vermeyi düşünüyordum. Sonradan farkettim yiyorum nereye kadar ve ben o kiloyu veriyorum. Sonrasında o verdiğim kiloları fazlasıyla geri alıyorum’ (Yıldız, 24)

‘İlk gün sadece patates yiyeceksin. İkinci gün sadece meyve yiyeceksin. Üçüncü gün et, balık, tavuktan sadece birini yiyeceksin. Dördüncü günü hatırlamıyorum. Beşinci günde sadece pirinç, bulgur o tarz bir şey. İlk gün yalnızca patatesle beslendim ama o kadar enerjim düştü ki suratıma falan yansıdı’ (Sevgi, 24)

Belirtilen katılımcı ifadeleri, katılımcıların zayıflamak için öncelikle beslenme düzenlerinde değişikliğe gittiklerini göstermiştir.

3.3.2. ‘Yağlardan Arınma’: Hareket Zamanı

Katılımcıların ifadelerinden yola çıkarak zayıf olmanın yollarını anlamaya yönelik olarak oluşturulan ikinci tema “ ‘yağlardan arınma’: hareket zamanı”dır. Katılımcılar beslenme düzenlerini değiştirerek aldıkları günlük kaloriyi azaltmakla birlikte yalnızca diyet yapmanın kilo vermek için yetersiz olduğunu düşünmüşlerdir. Bu nedenle zayıflamak için gün içinde hareketlerini artırarak kilo vermeye çalışmışlardır. Özellikle yürüyüşün katılımcıların başvurdukları bir kilo verme yöntemi olduğu anlaşılmıştır.

‘Günde bir saat yürüyüş yapıyorum’ (Murat, 21)

‘Kiloyu yürüyerek ve koşarak verdim’ (Melek, 21)

‘Yurdun etrafında yürüme parkuru var. Orada yürüyüp koşuyordum’ (Yeliz, 22)

‘Metroda yürüyen merdivenleri değil de merdivenleri tercih ediyorum. Normal hani biraz zorlayım kendimi diye. Hareket olsun diye’ (Aslı, 20)

Yürüyüş yaparak kilo vermeye ek olarak katılımcıların spor salonlarına gittikleri de anlaşılmıştır.

‘Kilo almak kolay vermek ciddi bir emek istiyor. Cardio istiyor, yemeği kısmak istiyor. Bir disiplin istiyor. Eğer spor yapmazsam çok hızlı kilo alıyorum. Haftada dört-altı gün arasında spora giderim. Her gittiğimde bir- bir buçuk saat dururum. Ben kendi programımı kendim yapıyorum. Genellikle serbest ağırlık olarak çalışıyorum’ (Hakan, 20)

‘Başladığım zaman üç-dört saat spor salonunda kalıyordum. Kardiyo yapıyorum. Yağlarım daha çok erisin diye koşu bandı ve bisiklete (biniyorum), pilates de yaptım’ (Sevgi, 24)

Katılımcılardan Aslı (20) ise, zayıflamak için fitness yapmanın yanı sıra dans ettiğini de ifade etmiştir.

‘Fitness çok yaptım ama böyle ağırlıklı değil. Kendi ağırlığımla ya da işte maksimum 3 kilo ile falan. Onun dışında da dans ediyorum bayağı bir süredir’ (Aslı, 20)

Katılımcıların zayıflamak için yürüyüş, kardiyo ve fitness yaptıkları ifadelerinden anlaşılmıştır.

3.3.3. ‘Yağlardan Arınma’: Profesyonel Destek Almak

Katılımcıların anlam dünyalarından zayıf olmanın yollarını anlamaya yönelik olarak oluşturulan üçüncü tema “ ‘yağlardan arınma’: profesyonel destek almak”tır. Katılımcılardan yalnızca üçü zayıflama deneyimlerinde profesyonel destek almışlardır. Katılımcılardan Murat (21) hem en son zayıflama döneminde hem de çocukluğunda diyetisyene giderken diğer iki katılımcı ise, lise dönemlerinde diyetisyene gittiklerini belirtmişlerdir.

‘Diyetisyenle ilk konuştuğum şey, ben yememeyi tercih ederim demek oldu. Hep şişman bir çocuktum. Ortaokulda başlamıştım ilk diyeteye. Sekizinci sınıfta başlamıştım’ (Murat, 21)

‘Lise iki de falan annem istersen diyetisyene gidelim dedi. Diyetisyene gittik. Listedekilere uymamı falan söyledi’ (Melek, 21)

‘(Yaşım) on altı-on yedi arasındır. Evde tartı yoktu o zaman. Eczanede tartılmıştım. (Kilomu) gördüm beynime kan sıçradı resmen. Gerçekten bir anda bir şey oldu. Dedim ki ben bir şey yapmalıyım. İlk lahana yaptım. Dedim ki ben bunu yaptım. Sonrasında en azından sağlıklı vereyim. Onu düşünebilmişim o an. (Sonra) diyetisyene gittik’ (Meltem, 20)

Katılımcıların ifadelerinden de görüldüğü gibi, katılımcılar diyetisyene giderek beslenme düzenlerini değiştirmek veya spor yapmak yerine çoğunlukla kendi kendilerine diyet yapmayı tercih etmişlerdir.

Katılımcıların kendilerine sunulan bedene sahip olabilmek için kullandıkları yöntemler anlaşılmaya çalışıldığında ilk olarak katılımcıların **beslenme düzenlerini değiştirdikleri** görülmektedir. Beslenme düzenlerinde katılımcıların yaptıkları değişiklikler; öğün atlama, tatlı ve karbonhidrattan uzak durma şeklindedir. Bunlara ek olarak da katılımcıların metabolizmalarını hızlandırıcı bitki çayları, özellikle yeşil çay içtikleri ve yine metabolizma hızlandırıcı yiyecekleri tükettikleri anlaşılmaktadır. Katılımcılar, aynı zamanda şok diyet olarak adlandırılan kısa sürede hızla kilo verdirmeyi amaçlayan lahana ve karpuz diyeti gibi diyetler yaptıklarını da belirtmişlerdir. Bununla birlikte katılımcılar aldıkları kaloriyi yakmak için **yaşamlarına sporu** katmışlardır. Katılımcılar yürüyüş ve salon sporları olarak pilates, fitness ve kardiyo yaparak kilo verdiklerini ifade etmişlerdir. Katılımcılar arasında **profesyonel destek** alarak zayıflayanlarda bulunmaktadır. Bu katılımcılar diyetisyene giderek kendilerine verilen beslenme listesini uygulamışlardır.

3.4. GENÇLERİN ZAYIFLAMA DAVRANIŞLARI ve AİLE YAŞAM MEMNUNİYETLERİ

*‘Mutlu aileler birbirine benzerler,
her mutsuz aileninse kendine özgü
bir mutsuzluğu vardır’*

(Tolstoy, Anna Karenina, 1877)

Araştırmanın diğer odağını, gençlerin zayıflama davranışlarında aile yaşam memnuniyetlerinin rolünün anlaşılması oluşturmaktadır. Bu bağlamda araştırmanın ana problem cümlelerinden biri “gençler zayıflama davranışlarında, aile yaşam memnuniyetinin öznel boyutlarının (aile bütünlüğü, aile içi ilişkiler-ebeveynler arası ilişkiler, ebeveyn ve genç ilişkisi, kardeşler arası ilişkiler-, aile içi sorumluluklar, karar alma süreçlerine katılım ve ebeveynlerin gence yönelik ilgisi) rolünü nasıl açıklamaktadırlar? şeklindedir. Bu ana problem cümlesine bağlı olarak beş alt problem cümlesine cevap aranmıştır. Bunlardan birincisi “gencin aile bütünlüğünün” zayıflama davranışındaki rolünü anlamaya ilişkin olan “aile bütünlüğü gencin zayıflama davranışında rol oynamakta mıdır?” şeklindeki alt problem cümlesidir. Bu çerçevede ilk olarak gençlerin kendi ifadelerinden yola çıkarak zayıflama davranışlarındaki ‘aile bütünlüğü’nün rolüne bakılmıştır.

3.4.1. Katılımcıların Aile Bütünlükleri

Araştırmada gençlerin aile bütünlükleri anne ve babalarının biraradalığı üzerinden değerlendirilmiştir. Katılımcıların aile bütünlüklerine bakıldığında iki katılımcının anne ve babasının boşanmış olduğu, bir katılımcının babasının diğer katılımcının ise annesinin vefat etmiş olduğu anlaşılmıştır. Bir katılımcının babası işi gereği sık sık uzun süreliğine şehir dışında veya yurt dışında çalışmaktadır. Bu katılımcı babasının yılda iki ay kadar yanlarına geldiğini belirtmiştir. Bu nedenle bu katılımcının ifadelerine de bu başlıkta yer verilmiştir.

Araştırmada “gencin zayıflamasında aile bütünlüğünün rolü” alt problem cümlesine ilişkin “masada birlikte yemek yiyebilmek” temasına ulaşılmıştır.

3.4.1.1. Masada Birlikte Yemek Yiyebilmek

Gençlerin gözünden aile bütünlüğünün önemi çerçevesinde ulaşılan tema “masada birlikte yemek yiyebilmek” dir. Gencin zayıflama davranışı aile bütünlüğü açısından dikkate alındığında, ailenin yemek masasında bir arada oturabilmesi ve yemek yiyebilmesi önemli görülmektedir.

(Boşanmalarının) ‘şöyle bir sıkıntısı oldu. Şeyin hayalini kurdum o yaşlarda. Biz mesela hiç annem, babam, ben akşam bir masada oturup yemek yemedik. Bu yaşıma kadar yemedik’ (Meltem, 20)

Gençlerin aile bütünlüğü, aile bireylerinin biraradalığı üzerinden ele alınmıştır. Özellikle anne ve babası boşanmış olanlarda yukarıdaki temada vurgulanan aile bireylerinin yemek saatlerinde birarada olmalarının yanı sıra yaşanan ekonomik zorluklarında onların beslenme alışkanlıklarını olumsuz yönde etkilediği belirtilmiştir. Örneğin yaşanan ekonomik zorluklar, evde yiyecek bir şeyin bulunmaması ve tek tip gıdaya odaklanma gibi durumlarla gençleri karşı karşıya bırakabilmiştir.

(Boşanmalarından sonra) ‘annem düzgün yemek yapmayı bıraktı. Daha çabuk pişen, dondurulmuş olanları yapmaya başladı. Lisede de babamlaydım o evlenene kadar gene düzgün beslenme durumum yoktu. Evlenince düzeldi ama o zamana kadar kötüydü’ (Murat, 21)

‘Çok açık ve net konuşursam bazen babamın babalık yaptığını düşünmüyorum. Babam olduğu zaman fark ediliyor. Evde aile ortamı oluyor ister istemez. Herkesin işten gelmesi bekleniyor. Babam varken çorbası, salatası, pilavı her şeyi olurken şimdi sadece bir çorba ile ya da salatayla. Ne bulursak yeriz. Ya

da annem bir çorba yapıyordur. O gün onu yiyoruzdur. Zaten biz de, yaa anne şunu yap, şunu yap demediğimiz için karnımız doyuyor kalkıyoruz' (Özlem, 21)

Boşanma sonrasında yaşanan maddi zorluklar sonucunda, özellikle anne tarafından gencin daha çok yemeye teşvik edilmesi ve bu yöndeki ısrarlar gençleri kilo aldirmaya yöneltebilmektedir.

'Ben onu hep söylerim. Şu an ihtiyacım yok ama babamın eksikliğini çok büyük hissettim. O ilk ayrıldıklarında maddi olarak çok sıkıldığımız için şöyle bir şey yaşamıştık. Bir akşam, ben on-on iki yaşındayken babam hiç yardımcı olmuyordu. Artık annemin çalışması gerekiyor. Evde soğan varmış. O çocuk akıyla ben onu limonla baharatlayıp falan götürmüşüm. Annemde kalmıştır o hiç unutmaz onu. Onu gördükten sonra sen daha çok ye diyor buna yansıması oldu. Ben ne kadar yersem annem o kadar yedirmek isterdi. Bir buçuk iskender üzerine tüm ekmek köfte yedim ben. Annemin hiç gözüne batmazdı. (Maddi zorluklardan) sonra sen daha çok ye diyor buna yansıması oldu' (Meltem, 20)

Aynı katılımcı sözlerine, aile bütünlüğünün bozulmasının kilosunu aşırı düşünmesine yol açtığını belirterek devam etmiştir.

'Annemle babam ayrılmasaydı eğer daha başka şeyleri önemseyen bir insan olabilirdim. Ben o noktada her ne kadar yapmadım desem de o boşluğu bir şekilde doldurmaya çalıştım. Kendimi inşa etmeye çalıştım. Zaten yeme düzenimi kontrol edemediğim gibi kilo aldıktan sonra da bir anda böyle kilo kilo kilo (düşündüm)' (Meltem, 20)

Aile bütünlüğünün ebeveyn kaybı sonrası değişmesi nedeniyle, anne ya da babanın birisinin yokluğunu kendilerinde yeme alışkanlığını ve yeme isteğini olumsuz yönde etkilediği ifade edilmiştir. Katılımcılardan Nur, annesinin

vefatıyla yaşadığı anne kaybının kendisinde yeme isteksizliğine yol açtığını vurgulamış ve kısa sürede zayıflayarak 45 kiloya kadar düştüğünü belirtmiştir.

‘Babamın ikinci eşi nedeniyle eve gitmek istemiyorum. İlk haftadan beri benimle problem çıkartıyor. (Annem vefat etmeden önce) baba önce eve gelir. Herkes onun etrafında toplanır, oturur o dönem öyleymiş. Daha bir aileydik. (Babam) sanki beni uzaktan seviyor gibi hissediyorum. Beni sevdiğini biliyorum ama beni uzaktan seviyor gibi. Babam ilk başlarda hadi sende gel kızım. Bizimle yemek ye diyordu. Sonra dememeye başladı. Sonrasında yemek yaparken benim için yapmamaya başladılar. Kendi yemeğimi kendim yapmaya başladım. Yememe hikâyem bu döneme denk geliyor. Sabah erkenden okula gidiyordum. Akşam babam eve gelince de ben aç değilim diyordum. Açtım ama yemek yeme hevesim yoktu. Evde insan bi rahatlamak ister ama o olmadı bende. Aile içi ilişkilerim daha iyi olsaydı anoreksik olmazdım’ (Nur, 21)

Belirtilen ifadeler ışığında, gençlerin anne, baba ve kardeşleriyle birarada oldukları bir ortamdaki yemek amaçlı birliktelikler önemli görülmüştür. Katılımcılar tarafından; ailenin bütün olarak bulunmadığı yemek ortamlarında ki yemek çeşitliliğinin azlığı, yemek saatlerinin farklı zamanlarda olması ve “sağlıklı yemeklerin” hazır olmaması gibi durumların beslenme alışkanlıklarını değiştirebildiği ifade edilmiştir.

3.4.2. Katılımcıların Aile İçi İlişkileri

Aile yaşam memnuniyetinin öznel boyutlarından birini oluşturan aile içi ilişkilere gençlerin zayıflama davranışları üzerindeki rolü bağlamında bakılmıştır. Bu kapsamda “gençlerin aile içi ilişkilerindeki deneyimleri (ebeveynler arası ilişkiler, ebeveyn ve genç ilişkisi, kardeşler arası ilişkiler) gençlerin zayıflama davranışlarında rol oynamakta mıdır?” şeklinde alt problem cümlesi geliştirilmiştir. Bu çerçevede gençlerin aile içi ilişkilerine öncelikle gencin anne ve babası arasındaki ilişkiler, gencin babasıyla olan ilişkisi, gencin annesiyle

olan ilişkisi ve gencin kardeşleriyle olan ilişkileri üzerinden açıklamalar getirilmiştir. Buna göre gencin anne ve babası arasındaki ilişkileri onun zayıflama davranışında nasıl rol oynadığı gencin ifadeleri üzerinden anlaşılmaya çalışılırken ‘görünürde süt liman aile’ temasına ulaşılmıştır.

3.4.2.1. ‘Görünürde Süt Liman Aile’

Gençler anne ve babaları arasındaki ilişkilerin sıklıkla çatışmalı ilişkiler şeklinde olduğunu ancak bu durumun dışarıdan kolaylıkla gözlemlenemeyeceğini ve evde yaşayan biri tarafından birebir anlaşılabileceğini belirtmişlerdir. Buna göre ebeveynler arasındaki ilişkilerin dışarıdan bakıldığında “problemsizmiş” gibi gözükmesinin aslında genç için bir karşıt durumu deneyimlemeye neden olduğu söylenebilir.

‘Görünürde her şey süt liman ama alt tarafı tamamen çatışma dolu bir durum var. Altta oooo ne savaşlar ne savaşlar. İkisinin de kişiliği çok farklı. O zaman iki farklı kişi görücü usulüyle evleniyor. Üstüne yaşanmışlıklar, o zorluklar falan da eklenince gizli bir baskı var. İşte birbirleri üzerine kurdukları’ (Duru, 23)

‘Evin içinde bir soğukluk var. Oturduğumuz zaman direkt televizyona bakıyoruz. Oturup samimet sıcaklık yok. Aile arasında bağ gidiyor. Babam buradan gitmezsek ayrılırız dedi (anneme). İnsan kendiyle yalnız kalınca ne yapacağını bilemiyor. Yüzüm sivilce dolu olsaydı da basenlerim böyle olsaydı da benim umurumda değildi. Bence kilom aklıma bile gelmezdi. Bu kadar takmazdım kiloma (Burcu, 22)

‘Eskiden sık sık tartışırlardı ama şimdi herkes kendi cephesinde takılıyor. Ayrılar gibi ama beraberler gibi. Bizimkilerde boşanma durumuna geldi. Şu anda bizim için birlikteler diyebilirim. Ben böyle olcana gidin boşanın dedim’ (Hakan, 20)

'(Ben) küçükken çok fazla dillendiriyorlardı (boşanmayı) ama ikisi de cesaret edemiyordu. Biraz da bizlerin küçük olması ve bizleri üzmemeleri falan. Eskiden daha sık (tartışma) yaşarlardı. Babamın borç durumundan dolayı. Aile ilişkileri son zamanlarda daha iyi' (Semra, 20)

Gençler aile ortamında anne ve babaları arasındaki bu çatışmalı ortama şahit oldukça yemek yemeyle ilgili çeşitli davranışlar geliştirmişlerdir. Gençler bedenlerini daha fazla düşünmeye, daha fazla ve daha sık sık yemek yemeye başladıklarını, yemek yerken utandıklarını ve evin herhangi bir yerinde saklanıp kimsenin görmediği bir şekilde yemek yediklerini ifade etmişlerdir. Bunun sonucunda kilo alan bedenleriyle karşı karşıya kalmışlar ve zayıflamanın önemli olduğunu düşünmeye başlayarak zayıflamak istemeye doğru kendilerini yöneltmişlerdir.

(Anne ve babamın tartışması) 'eskiden çok fazlaydı. Biz ne yazık ki bunları çok küçük yaşta yaşamaya başladık. Babamın anneme karşı tavrı çok kötü davranışlardı. Evde sürekli kavga vardı. Yani tartışma değil, şiddet vardı. O beni çok etkiliyordu. O yüzden de saklanıp saklanıp yiyordum. Mesela pazarda tezgâhların altına girip yiyordum. En ufak kavgada annemi o halde görmek beni çok kötü yapardı. Kimse beni görmesin isterdim. Yemek yemekten utanırdım'

(Yıldız, 24)

'Dönem dönem sıkıntılılardı. Bu ara iyi gibiler. Çok da takip edemiyorum onları. Çok da gerek yok. Boşancaksanız boşanın dedim ben onlara. Yok, efendim boşanmıcaksanız da adam gibi geçinin o noktaya getirdiler beni. Yemek yemediğim oluyor onlara sinirliyken falan da. Üzgünsem yemiyorum' (Sema, 24)

'Evde bir sorun varsa yemek masasında da bu sorun devam ederse çocuk o masada ya yemek yemez zayıflamaya başlar ya da fazla yer. Masada yemez. Çıkar dışarda yer. Sinirli olduğunda fazla yer. Sinirlenince ben yerim. O etkisi olmuş olabilir. Evde mesela bir sıkıntı oluyor. Ben gelemem sıkıntıya çıkarım.'

Ben dışarda bir yerde yerim. (Böyle durumlar) aslında çok oldu. Yiyorum tabi ki.' (Hakan,20)

'İnsan üzülünce bazen istemsizce böyle abur cubura sevdiği şeylere yönelebiliyor. Aileyle olan ilişkilerde insanı üzmeye yetiyor. Aile ilişkilerinde sıkıntıya düşmek. Yönelme durumum olmuştur. Çocukken inanılmaz abur cubur yedim. Şu an çok spesifik bir olay anlatamam ama mukakkak yönelmişimdir. Abur cuburu da çok seven bir çocuk olduğum için' (Melek,21)

Bununla birlikte katılımcılardan Aslı, anne ve babası arasındaki tartışmaların evde bir arada yemek yemeyi olanaksız hale getirdiğini vurgulamıştır.

'Sık sık tartışırlar. Bu tartışmalar daha çok genelde işte annem böyle eskilerden daha çok bahseder. Hani olur ya sıkıntılar. Böyle kayınvalide görünce. İşte oradan bir kavga başlar. Sende bana böyle yapmıştın. Mesela otururlar tartışırlar tartışırlar. Şiddet, kötü söz yok ama bağırma çağırma şeklinde. Sürekli bir bağırma çağırma. İşte bizim evimizde bir sofr kültürü yoktur. Birlikte yemek yenmez. Herkes dışarıda yer eve öyle gelir. Annem yemek yapmıyor zaten'

(Aslı, 20)

Katılımcıların ifadelerinden yola çıkarak ebeveynler arasındaki tartışmaların evde gergin bir ortam yaratması sonucu, gençlerde sağlıksız yeme davranışlarının geliştiği sık sık yemek yeme, yediğini saklama ve ailece bir arada yemek yemenin olanaksız hale gelmesi durumlarının yaşandığı anlaşılmıştır.

3.4.2.2. Gencin Aile İçi İlişkileri

Aile yaşam memnuniyetinin önemli göstergelerinden biri olan aile içi ilişkilerde şüphesiz gencin annesi, babası ve kardeşleriyle kurduğu ilişkiler önemli göstergelerdir. Burada gencin baba, anne ve kardeşiyle kurduğu ilişkilerin

gencin kilo verme diğ er bir ifadeyle zayıflamasındaki rolü anlaşılmaya çalışılmıştır.

3.4.2.2.1. Babayla İlişki

Gençlerin aile içerisinde babalarıyla olan çatışmalı ilişkilerinin özellikle kiloları üzerine odaklanarak şekillendiği anlaşılmaktadır. Gençlerin babalarıyla kurdukları ilişkide ‘anneme benzetilen ben’, ‘gizlenemeyen beden’ ve ‘y k görünmek’ şeklindeki temalara ulaşılmıştır.

3.4.2.2.1.1. ‘Anneme Benzetilen Ben’

Katılımcıların babalarıyla gerilimli ilişkilerinin odağında, bedenlerine ilişkin onları zayıflamaya iten alaylı ifadeleri bulunmaktadır. Babaları tarafından katılımcıların bedeni “genç kız bedeninden çok”, “doğum yapan kilolu kadın bedenine” benzetilmiş ve alaylı ifadeler sonucunda ‘anneme benzetilen ben’ teması oluşturulmuştur.

‘Babam arada annen gibi olmuşsun der.        annem iki  ocuk doğurmuş falan hani biraz yemeyi de seviyor. Biz annemin kilosunu hiç bilmeyiz. Bizden gizli olarak çıkar (tartıya). Annen gibi olmuşsun diyince kötü bir şey demek istiyor. Annem için kötü bir durum var. Beni de bu kötü duruma yoruyor’

(Melek, 21)

‘Daha çok babamla atışırdık biz. Çok tartışıyorduk. İşte laf sokmalar, mesela bol tişörtler giydiğimde işte göbeğini mi saklıyosun falan demeler. İşte sen iki  ocuk doğursan sana ne olur lafları. Ben böyle bu laflar beni delirtiyordu yani. O yüzden bende kiloma dair bir takıntı gelişmiş durumda’ (Sema, 24)

‘Babam dalga geçiyordu tombul tombik diyordu. Ben babam olduğu için takmadım’ (Hilal, 22)

'Babam çok yaratıcıdır. İlkokulda bana "mısır" patlayacaksın derdi. Benimle kurduğu iletişim bunlar. Ama babam işte bilemez ki o kızın psikolojisinde böylesi bir şey olacak. İşte insanın kızına patlayacak mısır (demesi) şu anda çok komik geliyor (gülmeler...)' (Duru, 23)

'Yemek istediğim şeyin önümden çekilmesi(ni yaşadım). Daha fazla şişme. Daha yeter bu kadar yeter. Kaç kilo olacaksın? İşte sen niye böylesin? Bunu da yeme artık. İyi tamam ye. Biraz daha şiş. İşte ayı gibisin, domuz gibi oldun (demeler) Aile içi ilişkilerim iyi olsaydı yani belki de sağlık açısından vermek isterdim (kilomu). Görünüş açısından değil ama şu anda görünüş açısından (vermek istiyorum) şu anda (Aslı, 20)

Katılımcılara babaları tarafından söylenen alaycı ifadeler katılımcıların dikkatlerini kendi bedenlerine odaklamalarına yol açarak, kilolu bedene sahip olmak olumsuzlukla ilişkilendirilmiş ve katılımcıların zayıf olmayı istedikleri anlaşılmıştır.

3.4.2.2.1.2. "Gizlenemeyen Beden"

Gençlerin kilolarıyla olan ilişkisinin onların kilo vermesindeki rolünde ulaşılan dikkat çekici bir tema da "gizlenemeyen beden" temasıdır. 'Gizlenemeyen beden' temasına babası tarafından gencin kiloları nedeniyle göğüslerinin, kalçalarının, baldırlarının daha görünür olarak değerlendirilmesi ve bu durumu babalarının rahatsız edici bulmaları üzerine ulaşılmıştır. Genç için babanın gözünde kilolu beden saklanmalıdır. Çünkü kilolu beden dikkat çeken bedendir. Katılımcılardan Aslı'nın babası hatlarının belli olduğunu belirterek Aslı'nın bedenini eleştirmektedir.

'Babalarda genelde vardır kısa giyinme, açık giyinme bunu anlayabilirim. Ama yalnız bunun şeye dayanması işte hoş değil. Mesela bacakların çok kalın. O yüzden giyme. Ablan giyse neyse ama sen bunu giyme işte dikkat çekiyor. Bu noktada işte bol pantolon sana daha çok yakışıyor. Çünkü bacakların görünmüyor diyor' (Aslı, 20)

Aynı katılımcı babasının kıyafetlerine ilişkin olarak sözlerine şu şekilde devam etmiştir.

‘(Bizim) baba kız konuşmalarımız olmadı. Babam çok da dar giymemden hoşlanmıyor ama işte bu şey için değil. Kalın bacaksın diye. İşte her yerin ortada. Bu kotun gözüme çok dar geliyor. O yüzden ondan hoşlanmıyor. Karşısına böyle tayt falan giyip çıkmak istemiyorum. İşte üzerine biraz daha uzun giyinmeye çalışıyorum’ (Aslı, 20)

3.4.2.2.1.3. Yük Görünmek

Katılımcıların kilolu olmaları babalarıyla olan ilişkilerinde babalarının gözünde daha fazla yemek yenmesi, ailenin diğer üyelerinden daha fazla “tüketmeleri” düşüncesine odaklanmaktadır. Dolayısıyla bu bağlamda ‘yük görünmek’ temasına ulaşılmıştır. Katılımcılardan Yıldız, kilosu nedeniyle babasının yemek yemesini eleştirmesi sonucu kendisini aile içerisinde yük olarak gördüğünü belirtmiştir.

‘Babamla çok iyi değiliz ona karşı kırgınlıklarım var. Özellikle (kilom hakkında) babam çok konuşurdu. Ben onun yanında yemezdim. Oh ye gene ye kızım (derdi). Kızardı falan. Benim babam bana bunu çok yapardı. Hem kilolu olduğumu hissederdim hem de ona yük olduğumu hissederdim. Çok mu para gitti? Ben çok mu yemek yiyorum? Acaba O’na yük mü oluyorum (diye düşünürdüm). Mesela ben gizliden yemek yemeye başlamıştım. Bir dönem babam nedeniyle odamda kapıyı kitleyip tabağa tost yapardım ya da hemen yer çıkardım’ (Yıldız, 24)

Babayla olan ilişkiler anlaşılmaya çalışıldığında ulaşılan temalar üzerinden dikkat çekici olan babanın kilolu olan bedene sahip olan çocuğunun bedenine yönelik eleştirel davranışlarıdır. Babaların bu tür düşünce ve davranışlarının gençlerin kilolarını düşünmelerine ve zayıflamak istemelerine yol açtığı söylenebilir.

3.4.2.2.2. Anneyle İlişki

Aile içi ilişkilerin ikinci odağını gencin annesiyle kurduğu ilişkisi oluşturmaktadır. Gencin annesiyle kurduğu ilişkisinde katılımcıların ifadelerinden yola çıkarak, ‘anne gözüyle görmek: böyle iyisin/güzelsin’ ve ‘incitmeden söylemek: biraz kilo mu versen?’ temalarına ulaşılmıştır.

3.4.2.2.2.1 Anne Gözüyle Görmek: Böyle İyisin/ Güzelsin

Anneleriyle uyumlu bir ilişkisi olan katılımcılar tarafından annelerinin kendilerini kilolu olarak görmedikleri belirtilerek, zayıflama isteklerinin de gereksiz olarak görüldüğü belirtilmiştir. Katılımcı ifadelerinden yola çıkarak ‘anne gözüyle görmek: böyle iyisin/güzelsin’ temasına ulaşılmıştır.

‘Annem bana şey dedi. Ya ne olacak ki? Ne var ki geçer. Bu bir şey olmaz ki. Annem boş ver ne yapacaksın? Sen böyle de güzelsin falan diyordu’ (Semra, 20)

‘Ben elbise giydim. Mesela bende farketmiyorum annem de söylemiyor. Bunu giyme diye. Annem de yakıştırıyor. Anne gözü giydim çıkardım. Ben bunu niye giydim demezdim. Şimdi giyiyorum aynı elbiseyi üzerimde durmuyor. O kadar kiloluymuşum’ (Meltem, 20)

Katılımcı ifadelerinden kilolu olma durumunun anne için güzelliğin bir göstergesi olarak değerlendirildiği anlaşılmaktadır. Bu nedenle gencin zayıflamak istemesi annesi için gereksiz gelmektedir.

‘Annem ben zayıfladığım dönem çok çirkin olmuşsun (der). Yüzüme vurgu yapıyor. İşte yüzün zayıflamış eskiden daha güzeldi. Et cildi daha güzelleştiriyor. Sen niye kilo veriyorsun? Böyle kal (diyordu). Pek ayırt

edemiyor. O yağın sağlıksız olduğunu anlatmaya çalışıyorum ama ama hala aynı' (Sevgi, 24)

3.4.2.2.2. İncitmeden Söylemek: Biraz Kilo mu Versen?

Anneleriyle uyumlu bir ilişkisi olan katılımcılar, annelerinin kırmadan kilo vermeleri gerektiğini söyleyerek annelerinin kilo vermelerini teşvik ettiklerini belirtmişlerdir.

'(Annem) daha mı dikkatli olsan (dedi)? 10 kilo aldın sınav döneminde. Bunu daha sonra verebilirsin ama diyet yapma. Daha sağlıklı beslen tarzında oldu dedikleri şey' (Lale, 19)

'Ben çok yediğim zaman annem sürekli olarak benim gözümün içine bakar. Hayır demektense böyle bir utandırma. Hiçbir zaman bana şey demedi. İşte zayıflıkta neymiş gibi bir söylemi olmadı. Ama çirkinsin falan da demedi. Ben zaten sebze yemeği sevdiğim için annem sürekli olarak bana yoğurtlu pırasa yapardı. Evde sürekli olarak brokoli salatası, karnıbahar, yumurta sürekli yapardı. Yani işte böyle bir öğünde hepimizin sevdiği şeyler mutlaka ki oluyordu' (Yeliz, 22)

'(Ben kilo verdikçe) annem çok sevinmişti. Hatta şaşırmıştım. Bizim oralarda kadının etlisi değerlidir. Biraz cinsiyetçi etli demek ama benim yaşadığım yerde kilo o kadar sorun değildi. Zayıflamaya başladığımda (annem) bana destek oldu. Beni teşvik etti. Ev yemeğinin yanında o gün makarna yaptıysa benim için annem sebze yapardı' (Yeşim, 19)

'(Annem) genellikle tabağa koyarken az miktarda koyuyordu. Önümden tabak almıyordu. Yemekleri genel olarak o koyduğu için daha az koyar bunu ye tamam. Şeyden bahsediyordu bak sonrası iyi olmayacak böyle devam ederse. Sen kendin için yapacaksın tarzında konuşmaları oluyordu. Sağlık anlamında iyi olmayacak bir sürü ölen, kalp krizi geçiren insanlar var. Bunlar yağlandığı için falan tarzında bunları örnek verirdi' (Özlem, 21)

‘Annemle bir türlü aşamadığımız bir seviyemiz var. Aniden gelip beni sevesi geliyor ama ani şeyler bunlar sürekliliği yok. Annemde cidden bir dominantlık var. Annemin mizacı öyle. (Kilom konusunda) annem bana biraz lömbür lömbür mü olmuşsun sanki falan diyordu? Ben yoo aslında her zamanki halim. Pijamadan falan öyle gözüküyordur diye söylüyordum ama almıştım. Yani onun farkındayım. Annem biraz salmışsın kendini dedi. Son dönemde artan kilolarımı göz önünde bulundurup kendini biraz böyle toparla falan dedi. Çok da kırmadan biraz dikkat mi etsen demeye çalışıyor. Ama bana hiç bir zaman kilo ver ayı gibi oldun diye bir tutum sergilemediler yani’ (Melek, 21)

Bununla birlikte katılımcılardan Duru (23) kilo vermeye devam etmesi durumunda annesinin kendisine bacaklarından sarkan derileri toparlatmak için operayon sözü verdiğini belirtmiştir.

‘Annemin bana şöyle bir sözü var. Eğer ben kilo veririm, bacaklarım için bana bir estetik operasyon sözü var. Bacaklarım daha biçimsiz bir hale gelirse vücudu toparlamak için olacak ama sanırım gerek kalmayacak’ (Duru, 23)

‘Annem çay içerken onunla birlikte çay içebilirim. Yani zaten paylaştığımız en büyük şey herhalde budur. Birlikte çay içmek. (Annem) mesela üstümü giyerken odadan odaya geçerken annem mesela benim vücudumu görüyor. İşte o zaman benim vücudumu incelediğini görüyorum. Böyle biraz yürüyüşüm falan değişiyor. Rahatsız oluyorum. İşte sanki böyle evde yürürken parmak ucunda yürüyümde kimseler görmesin diye. Daha ince gözükeyim gibi bir isteğim vardı’

(Aslı, 20)

‘Annem benim biraz sert bir kadındır. Annem çok disiplinlidir. Kızardı ama beni hiç dövmedi. Annem kilolu olduğumda beni tombul kızım diye severdi. Annem sürekli olarak uyarırdı. Çok kilo aldın bak artık zayıfla diye. Kıyafetlerimi annem dikiyordu ablama şak diye dikiyordu bana kilo alıp verdiğim için bir etek dikiyordu. Bir ay sonra hadi hop tekrar aç kapat annem artık bana kıyafet dikmekten sıkılmıştı’ (Hilal, 22)

Anneleriyle uyumlu ilişkisi olan katılımcılar annelerinin bedenlerine yönelik olarak uyarıları ile karşılaştıklarını belirtmişlerdir. Bu uyarılar kilolarına yönelik olarak daha dikkatli olmaları gerektiği şeklindeki sözel uyarılar olabilirken, yemek çeşitliliğini artırma, porsiyon küçültme şeklinde ve gencin yedikleriyle birlikte bedeninin incelenmesi şeklindeki davranışlar olabilmektedir. Bu tür sözel ve davranışsal uyarıların gençte zayıflamaya yönelik düşünceleri oluşturduğu anlaşılmıştır.

3.4.2.3. Kardeşler Arasındaki İlişkiler

Aile içi ilişkilerin üçüncü odağı gencin kardeşleriyle kurduğu ilişki çerçevesinde incelenmiştir. Katılımcıların ifadelerinden yola çıkarak, 'kendi iyiliğim için', 'kardeş uyarısı: peki ama nasıl?' 'kıyaslayan kardeş' ve 'dalga geçilmesi: patlak ve şişko kardeş' temalarına ulaşılmıştır.

3.4.2.3.1. 'Kendi İyiliğim İçin'

Kardeşle kurulan ilişkiler gencin kilosu üzerinden değerlendirildiğinde, kardeşleriyle uyumlu ilişkisi olan gençler bedenlerine ilişkin kardeşlerinden aldıkları yorumların kendi iyilikleri için olduğunu ifade etmişlerdir. Bu noktada "kendi iyiliğim için" temasına ulaşılmıştır. Bu tema aslında kardeşlerinin katılımcılara sağlıklı olmaları ve ideal bedene ulaşmaları için tavsiye anlamına gelmektedir. Bununla birlikte katılımcılar kardeşleri tarafından bedenlerine ilişkin olarak yapılan yorumların kendilerini incitmeyen bir üslupta olduğunu ifade etmişlerdir.

'Küçük abimde şey vardı. Yaa hani ben seni hiç böyle sağlıklı göremeyecek miyim? Ben sana sponsorum derdi. Yaaa ne istiyorsan? Ben sana onu yapacağım. O çok destekliyor. Abim mesela beni böyle sağlıklı olarak görsün istiyorum' (Duru, 23)

'Abim kilo almışsın diyorsa, abim neden kötülük istesin? Ya da beni sinir etmek istesin? Beni kırmak istesin diye düşünüyorum. Evet. Demek ki kilo almışım. Zayıflamalıyım diye düşünüyorum' (Lale, 19)

Kardeşleri tarafından bedenlerine yönelik uyarıları tavsiye olarak değerlendiren katılımcılar, kilo vermeyi sağlıklı bedene ulaşma olarak değerlendirmişler ve kendileri için olumlu bir tavsiye olarak görmüşlerdir.

3.4.2.3.2. Kardeş Uyarısı: Peki Ama Nasıl?

Kardeşler gençlerin kiloları üzerine sıklıkla uyarılarda bulunmaktadır. Ancak bu uyarıların nasıl yapıldığı noktasında farklılıklar bulunmaktadır. Gençler zaman zaman destekleyici ve incitmeden zayıflatmaya iten uyarılarla karşılaştıklarını belirtirlerken zaman zaman da kendilerini kardeşleriyle daha çatışmalı ilişkilere sürükleyen ve bedenlerinin çirkin olduğunu vurgulayan alaycı uyarılarla karşılaşmaktadırlar.

'Kardeşim kilo aldığımı ifade etti. Ama hani bunu kaba bir şekilde söylemedi aslında' (Melek, 21)

'Benim kız kardeşim çok zayıf. Zayıflamaya başladığımda bana da destek oldu. Beni teşvik etti' (Yeşim, 19)

'Aslında ben fark etmedim kilo aldığımı. Ailemin yanına döndüğümde fark ettim. Ablam çok üstüme geldi. Çok çirkin olmuşsun bu ne böyle dedi' (Sevgi,24)

'Ben ortaokuldayken ablamın günlüğünü yakaladım. Orada sürekli beni sevmediğini ve benden rahatsız olduğunu söylüyor. (Kilo aldığımı da) aslında ilk başta farketmemiştim insanlar söyledikçe farkettim. Ablam o zaman üniversitedeydi. (Ablam) Ankara'ya geldiğinde kilo aldığımı söyleyince ben fark ettim' (Hilal, 22)

Katılımcılar kardeşlerinden bedenlerine yönelik gelen eleştirel zaman zaman da alaycı ifadelerin, dikkatlerini kendi bedenlerine yöneltmelerine yol açtığını belirterek zayıflamak istediklerini belirtmişlerdir.

3.4.2.3.3. Kıyaslayan Kardeş

Kardeşler arasındaki ilişkiler anlaşılmaya çalışıldığında, katılımcılar özellikle kendi hemcinsi olan ablalarıyla adeta kilo vermede ve zayıf bedene sahip olmada bir yarış ortamı içinde kaldıklarını belirtmişlerdir. Bu noktada ‘kıyaslayan kardeş’ teması elde edilmiştir.

‘(Ablam) ben kilo verdikten sonra daha çok kilo vermek istedi. Ben zaten kiloluydum. Bırak ben vereyim. Ablam sürekli olarak aynanın karşısına geçip kendisini beğenirdi. Benim yanımda karnını açıp çok zayıfım falan derdi. Bunlar benim moralimi bozuyordu. Yanındaki insan o incecik bir vücuda sahip bir moral bozukluğu oluyor’ (Hilal, 22)

‘Ablam, o çok zayıf. Orantısız olduğunu düşünsek dahi bizden çok daha zayıf. İncecik ne giyse çok yakışıyor. Hep böyle bir kıyas hiç hoşlanmadığım bir şey’ (Aslı,20)

‘Ablalarım hepsi evli hepsinin çocuğu var. Hiçbirisinde de göbek yok. Ne kadar güzel’ (Burcu, 22)

Diğer taraftan katılımcıların özellikle ablalarıyla olan kilo karşılaştırmalarında iki durum söz konusudur. Katılımcılar ablaları tarafından öncelikle kilo alma durumlarının ön plana çıkarıldığını ifade ederken, kilo verme durumlarının ise görmezden gelinmesi yönünde bir tavır olduğu belirtmişlerdir.

Katılımcılardan Sevgi'nin ifadeleri bu duruma örnek olarak verilebilir. Sevgi, kilo almasının ablası tarafından fark edilirken ve kendisine kilo aldığı söylenirken, kilo vermesi durumunun ise ablası tarafından farkedilmeyerek görmezden gelinmesiyle karşılaşmışlardır.

'Şöyle bir şey oldu bir tane pantolon aldım zayıfladığım zaman. 36 beden. O nasıl olacak ki sana dedi ablam. Dedim sen farkında mısın? Ben kilo verdim. Orada bir hoşuma gitmemiştii söylediği ablamın. O çabadan sonra (Sevgi,24)

Aile içerisinde özellikle kendilerinden yaşça büyük kız kardeşleri tarafından bedenlerinin kıyaslandığı katılımcıların ifadelerinden anlaşılmaktadır. Bu durumun katılımcıların zayıf bedene sahip olma isteklerini arttırdığı söylenebilir.

3.4.2.3.4. Dalga Geçilmesi: 'Patlak' ve 'Şişko' Kardeş

Kardeşler arasındaki ilişkide dalga geçme, patlak ve şişko gibi etiketlemeler uzak ve çatışmalı ilişki biçimini yansıtmıştır. Kilolu kardeşle dalga geçilmesi durumu katılımcılar açısından üzüntüyle karşılanmıştır.

'Küçük kardeş olmayı ben bilmiyorum açıkçası. Açıkçası ağabeyimle öyle bir diyalogumuz olmadı. (Abim) onun istediği gibi giyinmem ve onun istediği gibi oturmam, onun istediği gibi kalkmam ve onun istediği insanla evlenmemi istedi. Ben bunları yapmadığım için aramızda mesafeler var. Abim patlak, şişko derdi. Çok üzülürdüm. Bir de abimle zaten genel olarak anlaşamazdık. Herkesin içerisinde abim bana şişko derdi. Bende duymuyormuş gibi yapardım' (Yıldız, 24)

Temalardan yola çıkarak, kardeşler arasındaki ilişkide uyum olması durumunda yapılan yorumlar öncelikle kardeşin sağlığı ve iyiliği olarak değerlendirilmekte sonuç olarak gencin kilo vermesini teşvik etme yönündedir. Diğer taraftan kardeşler arasındaki çatışmalı ve rekabete dayalı ilişkilerde ise yorumlar

gençlerin kilosuna odaklanarak; kıyaslayıcı, genci üzen, alaycı ve etiketleyici şekle dönüşmektedir.

Diğer taraftan burada dikkat çekici bir durum da kilo durumuyla ilgili yorum yapan kardeşlerin yaşlarıdır. Katılımcılar kilolarıyla ilgili olarak olumlu ya da olumsuz yorumları kendisinden yaşça daha büyük olan kardeşlerinden almaktadırlar. Katılımcılardan abi ya da abla olanlar kendilerinden yaşça küçük kardeşlerinden bedenlerine ilişkin bir yorum almadıklarını belirterek kardeşlerinin kendilerini üzen davranışlarıyla karşılaşmadıklarını ifade etmişlerdir.

‘Onlar benden daha küçük oldukları için çok farkında değillerdi (kilomun). Onların böyle bir dalga geçmesi, bir şey yapma durumu da söz konusu değildi’ (Yeliz, 22)

‘Bana hiçbir zaman kilolusun diyen kardeşim olmadı. Kardeşlerimden biri yeni üniversiteyi kazandı öbürü daha küçük’ (Özlem, 21)

‘Elektrik bölümünde okuyan zaten küçüktü o zaman. İkisi de yorum yapmadılar’ (Sevgi, 24)

3.4.3. EBEVEYNLERİN GENCE YÖNELİK İLGİSİ

Gencin aile içi ilişkilerini anlamaya yönelik olarak oluşturulan ana problem cümlesine bağlı olarak “ebeveynlerin gence yönelik ilgisi gencin zayıflama davranışı göstermesinde rol oynamakta mıdır?” şeklindeki üçüncü alt problem cümlesi oluşturulmuştur. Bu çerçevede ilk olarak gençlerin kendi ifadelerinden yola çıkarak ‘yanlış beslenmek’ temasına ulaşılırken ikinci olarak ‘kiloyla yalnız kalmak: saldılar çayıra bıraktılar’ temalarına ulaşılmıştır.

3.4.3.1. Yanlış Beslenmek

Ebeveynlerin gençlere yönelik ilgileri konusunda oluşturulan ilk tema ‘yanlış beslenmek’ temasıdır. Öncelikle yanlış beslenme alışkanlığının evde bulunan atıştırmalıkların yemek yerine yenmesi şeklinde olduğu anlaşılmaktadır.

‘Bizde bir aile bağı yok. Anne babanın yaşı çok fazla jenerasyon farkı o kadar fazla ki. Benim baktığım yere onlar benim gözümünden bakamıyorlar. Bu nedenle bize karşı çok fazla bir ilgi yok. İletişimde yok. Bir anne rolü bir baba rolüde yok. İşte şunu öğretilim. Bak Aslı böyle yap gibi bir şey yok. Öyle bir şey olmadı. Anneme sarılmamışımıdır bile. Çok aile değiliz. O yüzden böyle bir iletişim yok. Ne yaptıklarımın haberleri yok. Burada kalacağı için bunları böyle burada söyleyebilirim. Annem dese ki yoğurdun içine tarçın koyunca çok güzel oluyormuş. İşte şu da şöyle yapıyormuş. Onu da yiyelim diyebilir. (Ama) işte aç mısın şurada şöyle ekmek var şundan yiyebilirsin. Aaa sosta varmış diyorsun. İşte üşeniyorsun (yemek yapmaya) sos var cips var onları yiyorsun. Babam tuzlu tatlı eline geçen bütün abur cuburları yer. Marketlere böyle büyük kutularda veriyorlar ya. İki- üç tane almaz onu böyle kutuyla alır. Böyle olunca işte canın çekiyor mesela sende yiyorsun’ (Aslı, 20)

‘Annem iyi bir dinleyici değil. Genel olarak ben anlatmayı bıraktım. Ben ergenliğimi falan tek başına yaşamıştım. Annem şey demişti bir defa ilk defa koltuk altı kıllarım çıkıyordu ve ben ne yapacağımı bilmiyordum ki. Annem şey demişti bunların icabına bak demişti. Ne yapacağımı bilememiştim ve bir şey yapmamıştım sonrada. İlk edindiğim ped annemin çekmecesinden aldığım ped. Çünkü onun bana söylediği şeyden yola çıkarak gidip ondan böyle bir şey isteyememişim. Ben aslında meyve sebze de yiyen bir çocuktum. Paketlenmiş gıdalar hakkındaki bilinç bu kadar da çok değildi. Eğer olsaydı ve annem de beni yönlendirmiş olsaydı böyle bir alışkanlığım olmazdı. Bir şekilde yalnız kalıyorsun benim annem çalışan bir anneydi. Evde (paket gıdalar) olduğunda yiyorsun ya da annen yemek yiyene kadar bir kek ye diyor. Beslenme alışkanlığına dayalı bir şey. Brokoli sevmezdim ki aslında çok lezzetli bir şeymiş’ (Melek, 21)

‘Annem babam çalışıyordu. Mesela bana yemek hazırlayacak biri yoktu. Ben kendi kendime bir şeyler yapmaya çalışıyordum. Beslenme alışkanlığımı tabii ki ben çocuklukta kazandım. Yapılı bir insanım evet ama tamamen düzensiz beslenme alışkanlığım küçüklükten başladı. Çünkü çok aç kalıyordum’ (Yıldız, 24)

Gençler, anne ve babalarının kendilerine olan ilgisizliklerini; iyi dinleyici olmamaları, yol gösterici olmamaları ve aralarında iletişim eksikliği olmasıyla açıklamışlardır.

Beslenme alışkanlığının evde kazanıldığı düşünülündüğünde, aileler tarafından sağlıklı beslenmenin teşvik edilmemesi ve ev yemeklerinin hazırlanmaması gibi durumların gençlerde yanlış beslenme alışkanlıklarının kazanılmasına yol açtığı söylenebilir. Gençlerde sağlıksız beslenme alışkanlıklarının sonucu olarak gencin kilo almasına ve zayıflama düşüncesinin oluşarak gencin zayıflamaya yönelmesine yol açabilmektedir.

3.4.3.2. Kiloyla Yalnız Kalmak: ‘Saldılar Çayıra Bıraktılar’

Evde sağlıklı gıdaların bulundurulmamasıyla gençte yanlış beslenme alışkanlıklarının oluşmasının yanı sıra katılımcılar kilo almaya başladıktan sonra da ebeveynlerinin kilolarına yönelik olarak ilgisizliğiyle karşılaşmışlardır. Bu çerçevede gençlerin ifadelerinden yola çıkarak “kiloyla yalnız kalmak: saldılar çayıra bıraktılar” temasına ulaşılmıştır.

‘Çocukken yemesini seven bir çocuktum. Babam ve annem kiloyu pek takıntı yapmazlar. Kendileri de çok zayıf değiller. Saldılar çayıra bıraktılar’ (Murat, 21)

‘Annemle aramızda bir mesafe var. Yargılama olayından dolayı. Yani bir şey dersem beni yargılayacak. Çok da rahat konuşamam onunla. Çok da ayrıntıya girmem. Kopukluk var yani beraber bir şey yapmayız. Babam kendi annesinden babasından bir şey görmeyince onu bize göstermedi. Biz de onu

gösteremiyoruz. Ailemin kilomla ilgili beni uyarmasını isterdim o bilinçle alakalı. Bir süre sonra rahatsız edici oluyor. Annem sürekli aynı şeyleri tekrar ediyor' (Sevgi, 24)

'Babam kilomla ilgili olarak hiçbir şey söylemezdi. Sadece işte derslerime devamsızlık konusu. O daha çok eğitim hayatımla ilgilenirdi. Bedensel olarak bir şey hiç söylemedi' (Yeliz, 22)

Anne ve babanın kilolu olmasıyla birlikte ebeveynler tarafından yorumsuz kalınması gençlerin kilolu bedenleriyle yalnız kalmalarına yol açmıştır. Aynı zamanda katılımcılardan Duru ailesinin kilosu konusunda kendisine profesyonel destek aldırılmaması nedeniyle ailesine yönelik olarak tepkisini belirtmiştir.

'Onları suçluyordum hep. İşte beni diyetisyene götürmediniz götürmediniz diyordum. Bir yere kadar aile seni büyütür. Sonrasında da sen işte aileni büyütürsün. Biz ayrı devrin çocuklarıyız. Bu jenerasyon farklılığından dolayı da bu fark çok artıyor. Ben de bunları açıklamaya çalışıyorum. Genelde konuşuyoruz ama babamla iletişim çok fazla yok' (Duru, 23)

Katılımcılar ebeveynlerinin ilgisizliklerini; iletişim kurmakta zorlanma, iyi dinleyici olmamaları, kuşak farkı ve paylaşımlarının az olmasıyla açıklamışlardır. Temalardan yola çıkarak, ebeveynleri tarafından yeterli ilgiyi göremediklerini belirten katılımcıların çocukluk dönemlerinden itibaren yanlış beslenme alışkanlıklarını kazandıkları söylenebilir. Diğer taraftan katılımcılara anne ve babaları tarafından kilo aldıklarına yönelik bir uyarı da yapılmamıştır. Bu durum katılımcıların gözünde ilgisizlik olarak değerlendirilirken anne ve babalarının kilolarına yönelik daha bilinçli davranmalarının beklenildiği anlaşılmıştır.

3.4.4. GENCE AİLE İÇERİSİNDE YÜKLENEN SORUMLULUKLAR

Gencin aile içi ilişkilerini anlamaya yönelik olarak oluşturulan ana problem cümlesine bağlı “gence aile içerisinde yüklenen sorumluluklar gencin zayıflama davranışında rol oynamakta mıdır?” şeklindeki dördüncü alt problem cümlesi oluşturulmuştur. Katılımcıların ifadelerinden yola çıkarak da; ‘kardeş bakımı: çocuğun çocuğa bakması’, ‘ev işlerine yardım’, ‘okul başarısı’ ve ‘annemle sürüklenen ben’ temalarına ulaşılmıştır.

3.4.4.1. Kardeş Bakımı: ‘Çocuğun Çocuğa Bakması’

Katılımcılar ailede öncelikle kendilerinden yaşça küçük olan kardeşlerinin bakımı konusunda sorumluluk aldıklarını belirtmişlerdir. Bu noktada kardeş bakımı: ‘çocuğun çocuğa bakması’ temasına ulaşılmıştır.

‘Sende çocuksun ve çocuğa bakıyorsun. Annem çalıştığı için kardeşime bakmak tarzında her türlü sorumluluk önceden gerçekten bendeydi. Böyle dışarı çıkmak istiyorsun bir sorumluluğum var. O an fedakârlık yapmak zorundasın’ (Özlem, 21)

‘(Yaşadığımız yerden) farklı bir dünya olduğunu görsün istiyorum. Abla olmak kesinlikle sorumluluk sahibi olmak demek. Ebeveyn gibi davranman gerekiyor. Küçük kardeşimle bayağı bir anne gibi ilgilenmişim. Annem hep şey der: Kardeşinin ikinci annesi var. Annem o kadar iyi baktın ki diyor, kardeşin senin sayende bile büyümüş olabilir. Okuldan geliyordum işte. Böyle hemen onun karnını doyurur, altını değiştirirdim. Bunu mesela hiç böyle zoruma giderek falan yapmadım. Ben kardeşimin üniversiteye gitmesini çok istiyorum’ (Yeliz, 22)

‘Abla olmak çok sorumluluk sahibi olmayı gerektiriyor ve gerçekten vicdan durmuyor. Ben hani böyle benim ihtiyaçlarım olsa bile. Bursta aldığım için her gidişimde onlara da hediye falan götürmeye çalışıyorum. Küçük küçük şeyler. Hatta küçük kardeşim buna çok alıştı. Her gittiğimde bana ne getirdin diye

soruyor. Götürmeyince de bana hiçbir şey getirmemiş falan dediğini duyuyorum. Evde benim çok söylediğim bir şey var abla olmak gerçekten çok zor bir zanaat diye' (Semra, 20)

'Aile çalışıyorsa abla olmak kesinlikle, kardeşinin bakımını üstlenmek (demek). Küçükken böyle hikâyeler okurdum O'na. İşte böyle şişko arkadaşlarıyla dalga geçme falan demeye çalışıyordum. Gözlüklü arkadaşlarıyla dalga geçme diyordum. İşte böyle başına bir iş gelirse, bir işe bulaşırsan öncelikle bana söyle diye kendimce bir şeyler yapmaya çalışıyorum' (Melek, 21)

'Birisi alır ya sorumluluğu. İşte ben aldım o sorumluluğu. Abla olmak her şeyi varmış gibi iyi yapmak. Her şeyi yapmak. Kardeşim senin için her şeyi yaparım. Yani kardeşinin mutluluğu için her şeyi yapmak. Kendi hayatından bile vazgeçmek bir noktada öyle oluyor' (Burcu, 22)

'Babam kardeşlerime sahip çıkmamı bekler. Kardeşlerimi korumamı çok istiyor. Kardeşlerimi ve ailesini onlara bakacak birisine bırakmak istiyor' (Murat, 21)

'Küçük kardeşimle aramızda on iki yaş var. Benim elimde büyüdü' (Semra, 20)

'Erkek kardeşimi ben büyüttüm. O 98 doğumlu Ben 93'lüyüm. Ben O'nu bebek arabasına oturturdum. Ben yemek yapardım. O bebek arabasında otururdu. O, uslu uslu beni izlerdi ' (Yıldız, 24)

Katılımcıların ifadelerinden, ebeveynlerin çocuklarına karşı hissettikleri sorumlulukları gençlerin kendilerinden yaşça küçük olan kardeşlerine karşı hissettikleri anlaşılmaktadır. Kardeşe karşı duyulan sorumluluk, kardeşin temizliği ve yemeğinin yedirilmesi gibi kardeşin öz bakımını içerirken aynı

zamanda, kardeşin eğitim hayatına yönelik yönlendirmeleri de kapsamaktadır. Aynı zamanda sorumluluklar içerisinde, kardeşlerinin ahlaki gelişimleri için tavsiyelerde bulunmanın yer aldığı katılımcıların ifadelerinden anlaşılmaktadır.

Bununla birlikte katılımcılar kendileri kilolu olma durumunu deneyimledikleri için, kendilerini kardeşlerinin kilo durumlarına ilişkinde sorumlu hissetmişlerdir.

'Şimdi zayıf aslında ama inanılmaz abur cubur yiyor. Ben ona şunu diyorum. Hani azalt çünkü birden kilo alabilirsin. Hani yağ olur. Günde bir paket cips yiyor. İnanılmaz sivilcesi var' (Melek, 21)

'Biraz hareket yapsın istiyorum. Çok fazla abur cubur yiyor. Bu abur cuburları yersen bak kilo alırsın. Nefesin daralır diyorum işte bu senin astımını da daha çok etkiler diyorum. Merdiven bile çıkamıyorsun diyorum. Çok söyledim' (Yeliz, 22)

'Kendi kardeşim içinde biraz daha dikkat etmesini istiyorum. Kendi kardeşim için istememin sebebi de daha sonra da uğraşmasını istememem. (Ben) diyetle başladığımda şunu fark ettim. Doğru beslenme benim hep yapmam gereken bir şeymiş. Bu noktada sağlıklı beslenmenin önemini gördüm' (Murat, 21)

'Molanda kalk bi sınav çek, bi kalk bi şey yap (diyorum). Ben bu alanda çok fazla bilgi topladım. Yanlış diyet yapmasın diye (kardeşime) o bilinci vermeye çalışıyorum' (Hakan, 20)

Katılımcılar kiloları nedeniyle kendi yaşadıkları sorunlarla kardeşlerinin karşılaşmalarını istememekte ve kardeşlerinin doğru beslenme alışkanlığı kazanmaları için kardeşlerine tavsiyelerde bulunduklarını belirtmişlerdir.

3.4.4. 2. Ev İşlerine Yardım

Katılımcıların aile içerisinde aldıkları sorumluluklar arasında ev işlerine yardım etmekte bulunmaktadır. Katılımcıların ifadelerinden yola çıkarak da 'ev işlerine yardım' temasına ulaşılmıştır.

'Ev işine yardım etmek, anneye yardım etmek. Babam işte dışarıdan geliyorum ben. Babam yemek yemiş oraya koymuş gitmiş. Onu yıkamıyacaksın bile makineye koysan tamam. İşte onu bile yapmıyor babam. Yorgun değil. Bir şey değil aslında yapabilir. Çünkü ben üç dört senedir annemin yaptığı şeyleri yapabiliyorum yani. O da diyor ki işte Melek yapar falan diyor. Üç -beş sene önce babam yemeği bana da yapardı kendine de yapardı. Ama işte ben de hani artık böyle annem gibi ev işlerini falan yapabilecek düzeye gelince öyle görünce (yapmıyor)' (Melek,21)

Annem sadece benden yardım bekliyor. Yardım da değil daha çok nasıl bulduysan öyle bırak. Bunu istiyor. Bizim evde hep öyle nasıl bulduysan öyle bırak. Zaten temiz kalır. Annem yemek yapacak kardeşime. Ben yapmayacaksam da gene de beni çağırır. En azından konuşurken falan bir şeyler öğreysin. Nasıl yapıldığını (diye)' (Yeliz, 22)

'Annem odamın toplanmasını ister' (Hakan, 20)

'Annem beraber bir şeyler yapmayı çok seviyor. Temizlik yapıyorsa benim orada oturmam ona batar her şeyi birlikte yapalım istiyor. Bir günümü temizliğe ayırmamı istiyor' (Özlem, 21)

'Ev işi genellikle yaparım. Hafta sonu temizlik böyle evle uğraşıyorum. Annem ütü yapmayı bilmiyor. Ütüyü de ben yaparım' (Burcu, 22)

Katılımcılardan Hilal ise ev işlerinde kendisinden yardım beklendiğini ifade ederek ablasına yardım etmemesinin ablasıyla arasında gerginlik yarattığını belirtmiştir.

‘(Ev işi) yapmayınca Hilal boş. Oysaki benim bir sürü işim oluyor. Kitap okuyorum. Yazı yazıyorum. Başka bir sürü şeyle ilgileniyorum. Ama ablama bunların hepsi gereksiz geliyor. Sadece ders çalışmam onlar için dolu. Hilal hiçbir işe yaramıyor. Ablamın gözünde, Hilal zaten evlenince kendine hizmetli tutacak. Hep bu kafadadır’ (Hilal, 22)

Katılımcıların aldıkları sorumluluklara bakıldığında, kendilerinden ev işlerinin nasıl yapılacağını öğrenilmesi, yemek yapmak, bulaşık yıkamak, odalarının toplanması, temizlik ve ütü yapmalarının beklenildiği anlaşılmaktadır.

3.4.4.3. Okul Başarısı

Katılımcılar, ebeveynlerinin kendilerine eğitim hayatında sorumluluk yüklediklerini belirterek kendilerinden başarılı olmalarının beklenildiğini ifade etmişlerdir. Bu noktada ‘okul başarısı’ temasına ulaşılmıştır.

‘Başarılı olmak. Elime paramı alıp gerçekten kendi hayatımı yaşamamı isterler. Akademik başarı bekliyorlar’ (Özlem, 21)

‘Babam benim okumamı çok istiyordu. Babam benim için hukuk (bölümünü) çok istiyordu. O’nun içinde ukte kalmış. Hukuk okuyamamış. Lisansın ilk günü daha eve gittim. Yemek yiyorum. Babam bana dedi ki sen yüksek lisans yapacak mısın? (Hilal, 22)

'Babam için okumak önemli. Oyuncak bebek isterdim alırlardı ama birden almazlardı. Bana onu doğum günümde alırlardı. Baba kitap alıcam onu çok istiyorum dersem alırdı' (Melek, 21)

'Onların benden tek istediği aslında okulu bitirmem. Hayatımın düzene girdiğini görmek istiyorlar. Hep böyle o şekilde görmek istiyorlar' (Duru, 23)

'Herhalde her anne gibi dersler...' (Lale, 19)

'Başarılı olmamı ve notlarımın güzel olmasını istiyorlar. Yurt dışına çıkabilmem için yeterince başarıya ulaşmamı isterler. Burada kalmamı istemiyorlar' (Hakan, 20)

'İşte bana sürekli olarak dersin var dersin var diyorlar' (Aslı, 20)

Katılımcılar ailelerinin kendilerinden eğitim hayatlarında okula devam etmelerini, başarıyla okullarını tamamlayabilmelerini, iyi notlar almalarını ve bunun sonucunda iyi bir hayata sahip olmalarını beklediklerini ifade etmişlerdir.

3.4.4.4. Annemle Sürüklenen Ben

Katılımcılar özellikle annelerinin aile etkinliklerine katılmaları yönünde kendilerinden beklentilerinin olduğunu ifade etmişlerdir. Belirtilen katılımcı ifadeleri doğrultusunda da 'annemle sürüklenen ben' temasına ulaşılmıştır.

'Genellikle beni de sürükler annem. Daha çok böyle bir tavrı var. Bazen gerçekten gitmek istemiyorum ama annem zorluyor. Annem istiyor. Gitmediğim zaman annem başka yerlere gidersen ama diyor. Babam da tarlada vakit geçirmeyi sever. Oraya beni de götürmeye çalışır' (Semra, 20)

‘Annem aile etkinlikleri konusunda biraz hassas. Katılmayınca şöyle der: Sen bizimle vakit geçirmek istemiyor musun? Sonra bir bakmışsın ki ben düğüne gitmişim, böyle oynuyorum. Böyle annemin günlerine falan da katılırım. Aslında düğünleri falan sevmem ama gidiyorum. Kalabalık etkinliklere biraz zorunluluk olarak gidiyorum. Eller görsün diye. İnsanlar seni ne zamandır görmüyor der annem. Bizde gideriz’ (Yeşim, 19)

‘Aile içerisinde annem zaten sürekli olarak evde. O yüzden komşuya çaya gitse bile beni götürür. Bir de (yaşadığımız yerde) çok var. Akşam yemeklerimiz pikniklerimiz falan da oluyor. Bende buralara hep giderim’ (Yeliz, 22)

Katılımcılar aile içerisinde kendilerinden beklenen sorumluluklar arasında özellikle anneye düğünlerde, ev ziyaretlerinde ve pikniklerde eşlik ettiklerini belirtmişlerdir. Gençlerin ifadelerinden yola çıkarak elde edilen temalar bağlamında katılımcıların aile içerisinde kardeşlerinin bakımını üstlenerek onlara karşı sorumluluk hissettikleri anlaşılmıştır. Bununla birlikte katılımcıların ifadelerinden annelerine ev işlerinde yardım ettikleri ve ailelerinin kendilerinden okulda başarılı olmalarını bekledikleri görülmüştür. Katılımcıların ifadelerinden de anlaşıldığı gibi gencin ailede aldığı sorumlulukların gençlerin zayıflama davranışlarına yönelmesinde rol oynamadığı anlaşılmıştır.

3.4. 5. GENCİN KARAR ALMA SÜREÇLERİNE KATILIMI

Gencin aile içi ilişkilerini anlamaya yönelik olarak oluşturulan ana problem cümlesine bağlı olarak “gencin aile içerisinde karar alma süreçlerine katılımı zayıflama davranışı göstermesinde rol oynamakta mıdır?” şeklindeki beşinci alt problem cümlesi oluşturulmuştur. Bu çerçevede gençlerin kendi ifadelerinden yola çıkarak ‘fikrimizi sorarlar’ ve ‘fikrim sorulmaz’ temalarına ulaşılmıştır.

3.4.1. 'Fikrimizi Sorarlar'

Katılımcılar ailede öncelikle ailevi konularda kendi fikirlerinin sorulduğunu ifade etmişlerdir. Bu noktada 'fikrimizi sorarlar' temasına ulaşılmıştır.

'Önemli konularda babam bizim hep fikrimizi sorar. Babam araba değiştirdi. O zamanda sordu' (Nur, 21)

'Aile içerisinde konuşulur. Hep birlikte oturup konuşuruz. Taşınacağımız zaman (da) babam öncelikle bizi eve götürdü. Dedi ki siz bu evi beğeniyor musunuz? Ondan sonra biz oraya taşındık' (Yeliz, 22)

'Bana danışrlar. Araba alınacaktı. Babam araba almayı düşünüyorum. Şu model acaba iyi mi diye bi soralım Semra'ya demişti. Böyle danışrlar. Bana, bunu yapacağız böyle nasıl yapalım diye sorarlar. Annem (de) mesela kendine kıyafet alacağı zaman bile bana soruyor. Gerçekten anne ben giymeyeceğim. Sen giyeceksin diyorum. Hoşuna gidiyorsa al diyorum ama gene de bana sorarlar' (Semra, 20)

'Ev alınacak, araba alınacak, arsa satılacak vs. bunların hepsi konuşulur' (Duru, 23)

'(Ailevi konular) yemek masasında ortak alanda konuşulur. Zaten evdeki muhasebeci annemdir. Tüm parayı o düzenler. Bana fikrimi sorar. Şimdi tatile mi gidelim? Yoksa İngilizce kursuna mı? Babamla da daha çok araba alma gibi konularda (konuşuruz). Babam söylediklerime değer veriyor diye düşünüyorum' (Hakan, 20)

Katılımcıların ifadelerinden ailevi konular olarak; araba ve ev alınması, taşınma, taşınılacak evin durumu, arsa satımı gibi gayrimenkul satışlarıyla birlikte günlük yaşam içerisinde kıyafet alımı gibi konuların değerlendirildiği anlaşılmaktadır. Bu konularda katılımcılar, aileleri tarafından kendi fikirlerinin sorulduğunu ifade etmişlerdir.

3.4.2. 'Fikrim Sorulmaz'

Katılımcılardan bazıları ailevi konularda kendi fikirlerinin sorulduğunu ifade ederlerken fikirlerinin sorulmadığını ifade eden katılımcılarda bulunmaktadır. Bu noktada 'fikrim sorulmaz' temasına ulaşılmıştır.

'Ailevi konularda fikrim yok. Yok yani fikrimi sormak gibi değil. (Evde) ablam her şeye ablam karar veriyor. Annem hiç umursamıyor. Babam da karışmaz' (Aslı, 20)

'Annem, babam ve ablam arasında oluyor o kararlar. Genelde yönlendirme ablam yön verir onlara. Biraz daha okumuş ve biraz daha baskın olduğu için ablam onları yönlendirebiliyor' (Sevgi, 24)

'Genellikle ortada konuşulduğu için duyuyorsun. Onun haricinde Özlem sen ne düşünüyorsun? İstemezsen yapmayız böyle bir şey yok' (Özlem, 21)

Bazı katılımcılar ailevi konularla ilgili olarak kendi fikirlerinin sorulmadığını belirtmişlerdir. Diğer taraftan yaşça kendisinden büyük kardeşleri olan katılımcılar ablalarının ev içi karar alma süreçlerine katıldıklarını belirterek kendilerinin ailevi konularda karar alma noktasında rol oynamadıklarını ifade etmişlerdir.

Gençlerin aile içi karar alma süreçlerinde kendi fikirlerinin sorulmasının zayıflama davranışı üzerindeki rolünün olmadığı katılımcı ifadelerinden anlaşılmaktadır.

3.5. GENÇLERİN ZAYIFLAMA DENEYİMLERİNİN KENDİLERİ İÇİN YARATTIĞI SONUÇLAR

Araştırmanın diğer bir odağını zayıflama deneyiminin katılımcıların yaşamlarında yarattığı sonuçları anlamak oluşturmaktadır. Bu çerçevede “gençlerin zayıflama deneyimlerinin kendi yaşamlarında yarattığı sonuçlar nelerdir?” şeklindeki araştırmanın ana problem cümlelerinden dördüncüsü oluşturulmuştur. Katılımcıların kendi ifadelerinden yola çıkarak, ana problem cümlesine ilişkin olarak da ‘sosyal yaşama dahil olma’, ‘kendini beğenmek: ben güzelim’, ‘flört edilebilecek kapasitede olmak’, ‘kendi tarzını yaratabilmek’ ve ‘istediğini başarabilmek: özgüven’ temalarına ulaşılmıştır.

3.5.1. ‘Sosyal Hayata Dahil Olmak’

Gençler açısından kilo vermek dışarıya çıkabilmek yani sosyal yaşama dâhil olabilmek ve sosyal yaşam içerisinde arkadaş gruplarına girebilmek açısından önemli görülmektedir. Bu nedenle katılımcılar için zayıflamak bir noktada dışarıya çıkmamak için bahanelere başvurmamayı sağlamaktadır. Gençlerin ifadelerinden yola çıkarak zayıflamanın kendi yaşamlarında yarattığı sonuçlar bağlamında ulaşılan ilk tema ‘sosyal hayata dâhil olmak’ şeklindedir.

‘Benim arkadaşlarım zayıftı. Ben onlarla dışarıya çıkmayı hiç istemezdim. Gerçekten biz odada dört kişi kalırdık. Sıkılmışlardı artık benim bugün ne giyeceğim bugün ne giyeceğim diye sormamdan. En son oturup ağladım. Onlar bana anlam veremezlerdi. Bir noktada sosyal hayattan da geri çekilmeme sebep olmuştu’ (Yeşim, 19)

‘Aynaya bakıp bir şey giydikten sonra hayır olmuyorum deyip arkadaşlarıma işim çıktı deyip bahaneler uydurabiliyordum. Şu anda daha iyiyim’ (Yeliz, 22)

Bunun yanı sıra katılımcılar zayıfladıktan sonra arkadaş gruplarına daha kolay dâhil olabildiklerini ve yalnız kalmadıklarını belirtmişlerdir.

‘Şimdi arkadaşlık konusunda daha rahat olduğumu düşünüyorum. Daha fazla arkadaş ediniyorum’ (Aslı, 20)

‘(Kilo) Yalnızlık yaratıyor. Benim o dönemde o kadar yalnız kalmamın sebebi de buydu. Ben konuşamayan asosyal bir insan değildim. Ortamlara giremeyen bir insan değildim. Birçok ortamda bulundum. Hepsini deneyim dedim ama insanlar bu şekilde yaklaşmıyor. Bir şekilde kilolu deyip üzerini çiziyor. Azınlık olan ötelenir. (Kilo verince) tabii ki gözle görülür bir şekilde fark etti. O zamanlarda öyleydi’ (Meltem, 20)

Katılımcı ifadeleri arkadaşlık ilişkilerinin önemli olduğu gençlik döneminde kilolu olmanın arkadaş edinme ve istediği kıyafeti giyerek arkadaşlarıyla birlikte dışarıya çıkabilmede dezavantaj yarattığını göstermektedir. Gençlerin kiloları nedeniyle sosyal gruplara dâhil olabilmeye çeşitli zorluklar yaşadıklarını ve sosyal yaşamdan kendilerini geri çekme ihtiyacı duydukları anlaşılmıştır.

3.5.2. Kendini Beğenmek: ‘Ben Güzelim’

Hızlı biyolojik değişimlerin yaşandığı gençlik döneminde gencin bedensel görünümünü nasıl değerlendirdiğini anlamak önemlidir. Bedensel özelliklerin değerlendirilmesi noktasında da öncelikle gencin kilo durumu belirleyici olabilmektedir. Katılımcıların ifadelerinden yola çıkarak zayıflamanın kendi yaşamlarında yarattığı sonuçlar bağlamında ulaşılan ikinci tema ‘kendini beğenmek: ben güzelim’ şeklindedir.

‘Şimdi aynaya bakınca, annemler çok dalga geçiyor. Ne kadar güzel yaratmışsın diyorum. Önceden çok beğenmezdim kendimi’ (Hilal, 22)

‘Aynadaki görüntüm çok hoşuma gidiyor. Daha güzel daha sevimli. Daha dik yürüdüğümü bende hissediyorum. Evet daha güzel oluyorum. Kendime baktığım zaman kendimi daha güzel hissediyorum. (Önceden) güzel bir kadın değildim bacaklarım her zaman kalındı. Kollarım aynı şekilde’ (Aslı, 20)

‘Şimdi güzelim diyorum. Önceden öyle değildi. Saçımı toplardım. Saçma sapan şekillere sokardım saçımı. Nasıl güzel olurum diye düşünüyordum. Ben şimdi zayıfladım. Kendimi güzel hissediyorum. Benim için önemli. Yüzüm şiş değil. Çünkü ben yüzüme çok kilo alıyorum. Yanaklarıma falan. Eskisine göre daha fazla makyaj yapıyorum. O yüzden aynaya baktığım zaman ben güzelim diyorum’ (Yıldız, 24)

‘Benim yüzüm güzel değildi. Ben yüzümün zayıfladıktan sonra güzel olduğunun farkına vardım’ (Meltem, 20)

‘(Önceden) daha zayıf olsaydım daha güzel olsaydım. Zayıflayınca güzel olurum (derdim)’ (Duru, 23)

Katılımcılar kilolu olduklarını düşündükleri dönemlerde aynaya bakmakta zorlandıklarını, dik yürümediklerini ve yüzlerinin şişman olduğunu vurgulamışlardır. Katılımcılar zayıfladıktan sonra ise, kendilerini güzel bularak beğendiklerini belirtmişlerdir. Ayrıca katılımcılar kilolu olduklarını söyledikleri dönemlerde de bedenlerine ilişkin çeşitli benzetmeler yapmakta ve bedenlerini beğenmediklerini ifade etmektedirler.

‘Önceden duş alır çıkardım. Şimdi kendimi daha iyi hissediyorum (Kendimi) daha iyi hissetmeye başladım. Pantolon giydim. Kalçam çok mu çıktı? Göğüslerim belli oluyor mu? Böyle kaygılarım oluyordu. Ben popomu gerçekten bildiğiniz tencere gibi görüyordum. Hakikaten popomu kazana benzetiyordum. Ayaklarımdan çok utanırdım. Ayaklarım çok tombuldu. Dolma gibi parmaklarım vardı’ (Yıldız, 24)

'Kendime daha iyi görünmeye başladım. (Kilo alınca) tamamen kendimden soğuyorum. Özellikle yani göğüslerim daha çok büyüyor. Kalçam da çok da aşırı ortaya çıkıyor. Baktığım zaman neredeyse böyle göğsüm kafam kadar. Çok sinirimi bozuyordu yani. (Zayıflayınca) kas kütlesi oluşuyor. O yüzden arada bayağı büyük bir fark var. Toparlıyor yani beden. Göğüs toparlıyor sıkılıyor bacaklarda selülit yok. Şöyleyken şimdi böyle oldum diyorsun' (Sevgi, 24)

'Göğsüme falan çok takılırım mesela. (Kilo alınca) bana çok büyük gibi geliyor' (Özlem, 21)

Çok orantısızdım. Yani kalçam kocamandı. Üstüm normal insan üstünde fakat kalçam kocamandı. Kum saati değil de çan gibiydi (bedenim) (Yeşim, 19)

Gençlerin kilo verdikçe bedenlerine yönelik olarak daha olumlu düşünceler geliştirdikleri ve bedenlerini daha çok beğendikleri anlaşılmaktadır.

3.5.3. 'Flört Edilebilecek Kapasitede Olmak'

Gençlik dönemi karşı tarafın dikkatinin çekilmeye çalışıldığı ve romantik ilişkilerin yoğun olarak yaşandığı dönem olma özelliğini de taşımaktadır. Bu dönemde gençler kiloları nedeniyle karşı tarafın dikkatini çekme noktasında çeşitli zorluklar yaşadıklarını belirtmişlerdir. Katılımcı ifadelerinden yola çıkarak zayıflamanın kendi yaşamlarında yarattığı sonuçlar bağlamında ulaşılan üçüncü tema 'flört edilecek kapasitede olmak' şeklindedir.

'İşte böyle birisinden hoşlandığım çok oldu. Konuşmak istiyorum. Gidiyorum ediyorum falan ama sonra bakıyorum ki aslında olay kankalığa doğru dönmüş. Çünkü seni flört edebilecek kapasitede görmüyor. İşte ben daha komik daha sevimli bir kadın modundayım işte. Hatta bana en kaba tabiriyle kız ayarlar işte.'

Senin kız kankaların vardır. İşte böyle kanka oluyordum bir süre sonra' (Aslı, 20)

'Aslında hoşlandığım insanlar oluyordu. Partnerimin daha çok ön planda olduğu kendimi de hep geride tuttuğum bir ilişkim oldu. Sadece bir defa ilişkim oldu. Öncesinde hep platonik sevmeyi tercih ettim' (Duru, 23)

'(Kiloluyken) bana kimse bakmaz diye düşünüyordum. Ama şimdi iyi olduğumu düşünüyorum. İyi göründüğümü düşünüyorum' (Yıldız, 24)

Katılımcılardan Yeşim kiloları nedeniyle hoşlandığı kişiyle diyalog kuramadığını ve bedenini kapatma ihtiyacı duyduğunu belirtmiştir.

'Lisede hoşlandığım bir çocuk vardı. Nöbetçiyken işte sınıf defterlerini almak zorundasınız. Ben o zaman o sınıfa girmekten çok çekinirdim. İşte beni nasıl göreceğiz oram buram diye hep onu düşünürdüm. Sürekli olarak bir yerlerimi kapatmaya çalışırdım (Yeşim, 19)

Bununla birlikte katılımcılar ilişkiye başladıkları zaman partierlerinin kilolarına yönelik çeşitli olumsuz yorumlarıyla da karşılaştıklarını da ifade etmişlerdir.

'Bir tanesi böyle işte biraz spor mu yapsan? Spora mı başlasan? Aslı hadi yemeyelim ben de spora gideceğim. Sen de git istersen gibi şeyler söyledi' (Aslı,20)

'Hayatımda birisi vardı. Birebir söylemedi de ben hissediyordum. Beni kilolu bulduğunu. Beni çok iyi bulmadığını. Çünkü hareketleriyle bunu belli ediyordu.' (Yıldız,24)

‘Erkekler kadınlara karşı şunu söylüyorlar. Vücudun güzel olsun. Bir şu kadına bak. Bir de kendi haline bak. Şu işte spora gitmiş. Ne kadar güzel olmuş. Böyle direkt pat diye söylemese bile siz onu anlıyorsunuz’ (Yeliz,22)

Geçen sene arkadaşım vardı. Bana takılmak için balıketli falan diyordu. İşte kollarım mesela nasıl söylesem biraz kollarında kalın (diyordu) ama ne kadar kalın diye soruyordum. Benim ki kadar gibi falan bir şeyler söylüyordu (Semra, 20)

Belirtilen ifadelerden yola çıkarak, gencin kilo durumunun, hem ilişkiye başlamadan önce hem de ilişki aşamasında genç için dezavantajlı bir durum yarattığı anlaşılmaktadır. Çünkü genç kilosunu nedeniyle hem karşı cinsle iletişime geçmekte, karşı cinsin dikkatini çekmekte zorluklar yaşamakta hem de ilişki aşamasında bedenine dair eleştirilerle karşılaşabilmektedir. Bu durum gencin zayıf bedene sahip olma isteğini arttıran bir faktör olarak değerlendirilebilir.

3.5.4. Kendi Tarzını Yaratabilmek

Zayıf bedene sahip olabilmek gençler açısından kıyafetler üzerinden tarz yaratabilme imkanına sahip olabilmek olarak değerlendirilmiştir. Bu noktada katılımcı ifadelerinden yola çıkarak zayıflamanın kendi yaşamlarında yarattığı sonuçlar bağlamında ulaşılan dördüncü tema ‘kendi tarzını yaratabilmek’ şeklindedir.

‘Giyim de her şey seri üretim ister istemez etkiliyor. (Kiloluyken) kendi tarzını yaratamıyorsun’ (Melek, 21)

Katılımcılar tarafından zayıf bedene sahip olabilmek gencin giydiği kıyafetin üzerine yakışması ve her yerden rahatça alışveriş yapabilme imkanı olarak değerlendirilmiştir.

‘Enine çizgiler giymeyin gibi şeyler vardır. Her şeyi giyebiliyorum şimdi. Her şeyi giyebilmek çok güzel. Bunu giyersem şimdi böyle olur şöyle olur (diye düşünmüyorum). Şu an giydiğim şeyi kendime yakıştırabiliyorum’ (Meltem, 20)

‘Şu an her taraftan kıyafet bulabiliyorum. Mesela önceden buna asla giremezdim (pantolonunu gösteriyor). Seçici olmaktan çıkıyorsun. Yani istediğini alabiliyorsun. (Kiloluyken) özel dikim vs. insanlar yönelmek zorunda kalabiliyorlar. Ben evin içinde şort giymeye başladım zayıfladıktan sonra. Şu anda gayet rahat giyinebiliyorum. Yani önceden asla giymem dediğim şeyleri giyiyorum’ (Hilal, 22)

‘Bir kere giymek istediğim şeyleri giydim. Öncelikle mesela dar pantolonlar çok fazla aldım. (Önceden) kapatmak istiyordum. Otantik bol pantolonlar giymeye başladım. Kilolu olduğum dönemde o kadar çok giyemiyordum onları. Biraz daha da kilolu gösterdiği için. Bir sürü aldım onlardan. Daha dikkat çeken şeyler aldım. Yani hat belli eden şeyleri asla giyemiyordum mesela dar bluzlar giyemiyordum. Normalde renk yoktu. Hep siyah ve griydi. Renkli renkli pantolonlar aldım’ (Yeşim, 19)

‘İşte bir de kıyafet seçmek de zaten o zor. Oranı buranı kapatmak. Ben mesela koymazdım kıyafetlerimi içime. Son zamanlarda içime koymaya başladım’ (Duru, 23)

‘Bol giymeye çalışıyordum daha çok hatlarımı belli etmesin diye’ (Sevgi, 24)

‘Şu an mesela çok daha farklı şeyler giyiyorum. Dar giyiyorum. Dekolte vermeyi seviyorum. Topuklu seviyorum. Kombinlerim daha renkli’ (Aslı, 20)

‘Kalkıcam yataktan ne giyeceğim sorusunu soruyordum kendime. İşte onu da giyeceğim çirkin olacak. Bunu da giyeceğim çirkin olacak. Alarmı kapatıp çok yattım yani’ (Yeliz, 22)

Belirtilen ifadelerden katılımcılar açısından kilo vermenin gence kendi tarzını yaratabilme noktasında; renk, genişlik, model, hazır giyimden alışveriş yapabilme gibi konularda seçme şansı verdiği anlaşılmıştır.

3.5. 5. 'İstedliğini Başarabilmek': Özgüven

Gençlerin zayıf olma yolunda gösterdikleri çaba sonucu elde ettikleri 'ideal', 'çekici' ve 'güzel' beden gençlere başarma hissini yaşatmıştır. Gençlerin ifadelerinden yola çıkarak zayıflamanın kendi yaşamlarında yarattığı sonuçlar bağlamında ulaşılan beşinci tema 'istedliğini başarabilmek: özgüven' temasıdır.

'Şöyle bir etkisi oldu bana. Demek ki ben istediğim şeyi başarabiliyorum dedim. Yaklaşık otuz kiloya yakın verdiğimi düşünürsek bunu gerçekten yapabiliyormuşum dedim. Bunu bile yapabildiysem istediğim her şeyi yapabilirim dedim. Bunu bile yaptıysam. Bundan sonrası bitmiştir. Demek ki özgüvenim yerine geldi' (Meltem, 20)

'Kilo verdikten sonra özgüvenimin çok arttığını düşünüyorum. Kendimi çok çok rahat hissediyorum ve daha mutlu hissediyorum. Bunun dışarıdan farkedilmesi o kadar mutluluk verici ki benim gururumu okşuyor' (Yeşim, 19)

'Benim arkadaşlarım mesela fotoğraflarımı açıp başkalarına gösteriyorlar. Yıldız "bidon" gibiydi diyorlar. Ben şimdi gülüyorum. Çünkü benim için gurur verici bir şey. Ben yaptım bunu. Bunu yapabilirim. Yine verebilirim. Elimde bu diye düşünüyorum. Aynaya baktığım zaman yaptım ya diyorum şimdi gene yapabilirim' (Yıldız, 24)

'İçten içe o özgüven eksikliği vardı. Her olmayan şeyde suçu kiloma atıyordum. Kilo ile alakalı özgüven eksikliği. (Şimdi) kendimi daha başarılı olarak görüyorum. Özgüvenim artıyor. Bu çünkü topyekün bir şey. Bu değişim benim için çok büyük bir başarı. Bu çok önemli. Dans etmeye başladım. Öncesinde

utanırdım. Dans etmekten. Dans ettiğimde gene oram buram sallanıyor ama çok daha rahatım' (Duru, 23)

Katılımcı ifadelerinden, zayıflayarak 'istedikleri', 'hayal ettikleri' bedene sahip olduğunu düşünen gençlerin özgüvenlerinin arttığı anlaşılmıştır. Daha açık bir ifadeyle zayıflamak, gençlere yaşamlarında karşılaştıkları / karşılaşılabilecekleri sorunlara dair çözüm üretebilme ve istediklerini yapabileceklerine dair güven duygusu oluşturduğu söylenebilir. Ayrıca gençler zayıfladıkları için kendileriyle gurur duyduklarını belirterek zayıflamanın kendilerini mutlu ettiğini ifade etmişlerdir.

3.6. GENÇLERİN ZAYIFLAMA DENEYİMLERİNİN AİLE YAŞAMLARINDA YARATTIĞI SONUÇLAR

Araştırmada, genç açısından zayıflamanın aile yaşamlarında yarattığı sonuçlar da anlaşılmaya çalışılmıştır. Bu bağlamda “gençlerin zayıflama deneyimlerinin aile yaşamlarında yarattığı sonuçlar nelerdir?” şeklindeki araştırmanın ana problem cümlelerinden beşincisi oluşturulmuştur. Katılımcıların kendi ifadelerinden yola çıkarak, ana problem cümlesine ilişkin olarak da 'takdir', ve 'zayıflamanın yarattığı endişe' temalarına ulaşılmıştır.

3.6.1. 'Takdir'

Katılımcılardan bazıları zayıflamalarının aile üyeleri tarafından olumlu olarak karşılandığını ifade etmişlerdir. Bu noktada, gençlerin gözünden zayıflamanın aileleri tarafından nasıl karşılandığını anlamaya yönelik olarak oluşturulan ilk tema “takdir” temasıdır. Katılımcılar öncelikle zayıfladıktan sonra bedensel değişimlerine ilişkin olarak aileleri tarafından 'güzel' bulunma şeklinde değerlendirilerek zayıflamalarının takdir edildiğini vurgulamışlardır.

'Kilo aldığımda güzelleştin dediler. Daha da güzel oldun dediler' (Nur, 21)

‘Annem baya çok sevindi. İşte bakmaya başlamışsın kendine (dedi). Biz çok sevindik, çok güzel olmuşsun dedi. Annem yani bayağı olumladı beni’ (Yeliz, 22)

‘Annem evet kilo vermişsin, güzel olmuşsun dedi. Kilo verdiğim zaman (abim) ooo tebrik ederim demişti’ (Lale, 19)

‘Beni görünce sen nasıl yaptın diye hepsi çok şaşırdı. Nasıl zayıfladı diye hep söylerler. Övgü durumu söz konusu oldu’ (Yeşim, 19)

‘Duru başardı diyorlar. Kesinlikle (zayıflamamı) destekliyorlar. Babam aferim kızım böyle devam diyor. Bunlar çok olumlu geri dönüşler’ (Duru, 23)

Bununla birlikte katılımcılardan Hakan’da, zayıflamasının sigarayı bırakmasına yol açtığı için ailesinin bu durumdan mutlu olduğunu belirtmiştir.

‘(Kilo vermemi) iyi olarak görüyorlar. İşte sigarayı bırakmama sebep olduğu için mutlular’ (Hakan, 20)

Aynı zamanda katılımcılardan Lale’nin babası tarafından, zayıf bedene sahip olmak sağlıklı ilişkilendirilmiştir. Zayıf olmanın sağlıklı olmak için önemli olduğu vurgulanarak Lale’nin zayıflaması desteklenmiştir.

‘Yani kilo verince daha iyi oluyor. Daha sağlıklı olunuyor tarzında söyledi babam. Sağlıklı olma yönünde’ (Lale, 19)

Katılımcılar, zayıflamalarının aileleri tarafından olumlu olarak değerlendirilerek övgüyle karşılandığını belirtmişlerdir. Bu durumun katılımcılarda zayıf bedene sahip olma düşüncesini desteklediği söylenebilir.

3.6.2. Zayıflamanın Yarattığı Endişe

Katılımcıların zayıflamaları, bazı aileler tarafından takdirle karşılanırken diğer taraftan da bazı ailelerde katılımcıların zayıflamaları endişe ile karşılanabilmektedir. Bu nedenle katılımcıların ifadelerinden yola çıkarak, katılımcıların zayıflamalarına yönelik, ailelerinin yaklaşımına ilişkin oluşturulan ikinci tema 'zayıflamanın yarattığı endişe'dir.

'Zayıflayınca annem çok zayıflamışsın. Ne bu dedi? Yani aniden zayıflamam annemi endişelendirdi. Annem benim sağlığım açısından endişeleniyordu. Babam da ye kızım diyordu. Birkaç kere küçücük kalmışsın falan dedi. Meyveni ye diyor. Kendine meyve al diyor. Para yollayayım mı diyor. Önceden böyle şeyleri yoktu. Şimdi endişeleniyor acaba hayatında değişiklikler mi var? Bir sıkıntısı mı var? Üzülüyor mu? Hastalığı mı var? Ondan dolayı mı böyle acaba? Niye böyle oldu? Sigara mı içiyor diyor? Ya da bak ben sana bunu aldım diyor. Babam hurma alıyor. Ben sana ayırdım gelince götürürsün diyor. Önceden böyle şeyler yapmazdı' (Yıldız, 24)

'Annemle babam çok şaşırdılar. Ne kadar zayıfladın falan dediler. Babam üzüldü. Ne var? Bir sıkıntın mı var diye üzüldü? Bir şey mi oldu da zayıfladın diye düşündüm (dedi)' (Yeliz, 22)

'Ailem yemediğim zaman kızıyor. Senin kilon yok diyorlar. Babam kızıyor. Niye yemiyorsun diyor? Sen yeme diyor. Aman kilo alırsın diyor' (Burcu, 22)

Zayıflamak için kazanılan yanlış beslenme alışkanlıkları çeşitli sağlık sorunlarına yol açabilmektedir. Örneğin, katılımcılardan Semra'nın zayıflayabilmek için öğün atlaması kendisinin bayılmasına neden olmuştur. Kızının zayıflayabilmek için sağlık problemi yaşaması ise annesini kızdırmıştır.

‘(Annem) kızdı bana açıkçası. O gün böyle bir pizza yemiştım ve yalnızca sabah kahvaltı etmiştım. Onun dışında pek bir şey yememiştım. Bayılma durumum oldu. İşte bunu çok sonra söyledim anneme. Annem de işte dedi. Gördün mü bak yemeyeceğim zayıflayacağım dedin. Neler oldu dedi? (Semra, 20)

Belirtilen temalardan yola çıkılarak ailelerin gençlerin zayıflamalarının sıkıntılı bir durum sonucu gerçekleştiğini düşündükleri, hastalık ve üzüntü ile ilişkilendirdikleri anlaşılarak katılımcıların zayıflamalarını endişe ile karşıladıkları anlaşılmaktadır.

Zayıf olmanın aileler tarafından ‘güzel’ ve sağlıklı’ bedene sahip olma yönünde atılan bir adım olarak görülebilirken; diğer taraftan da aileler tarafından hem hastalık sonucu hem de hastalanmaya yol açabilen ve katılımcıların yaşamında sorunla ilişkilendirilebilen bir durum olarak değerlendirilebildiği anlaşılmıştır.

SONUÇ

Modernleşme ve sonrasındaki post-modern dönemde, toplumsal yapı dinamiklerindeki değişim bedenın toplumdaki konumunda da değişmelere yol açmıştır. Diğer bir ifadeyle, Çabuklu (2004) 1960'lı yıllardan itibaren postmodern toplum yapısıyla birlikte bedenin dönüşüm geçirdiğini vurgulamıştır. Benzer şekilde Featherstone (2001, s. 177)'da tüketim toplumuna vurgu yaparak bedenin bir zevk / tatmin aracı olarak ilan edildiğini belirtmektedir. Sağlıklı, genç, güzel, seksi, fit bedenin başarılı ve arzulanan beden olduğu vurgusu bu dönemde ön plana çıkarken bu bedene sahip olma mesajlarının ise medya ve reklamlar aracılığıyla bireylere ulaştırıldığı ifade edilir (Featherstone 2001, s. 185-186). Yücel Doğan (2010)'da medya ve moda endüstrisi aracılığıyla idealize ve sembolize edilen "daha zayıf" beden ölçülerine, kadınların sahip olmak istemelerine değinerek bu isteklerine ulaşabilmek için diyet ve spor ürünlerinden estetik operasyonlara kadar nerdeyse sınırsız seçeneklerle karşılaştıklarını belirtir. Tüketime; bireylerin arzularını, nasıl göründüklerini, amaçlarını, önceliklerini ve neleri değerli olarak gördüklerini belirlediğini Bordo (1997)'da vurgulamıştır. Nazlı (2009, s. 65) ise bedenin çağdaş tüketim kültüründe üretimden uzaklaşarak tüketime nesnesi haline geldiğini, bu durumun bedenin kendisine yüklenen anlam ve değerler sayesinde tüketim için kültürel bir kapital halini aldığını ifade eder.

Sosyolojik açıdan önemli olanda paylaşılan bakış açılarının bireyler tarafından deneyimlenmesidir (Haworth-Hoeppner 2000, s. 214). Bu noktada bireylere mesajların aktarılmasında birincil rolü olan aile kurumunun gencin zayıflama davranışındaki rolünün incelenmesi önem taşımaktadır.

Zayıflama davranışı üzerine yapılan araştırmalar incelendiğinde konunun daha önce de belirtildiği gibi tıptan sosyal bilimlere kadar pek çok disiplin tarafından ele alındığı görülmüştür. Bu araştırmalarda modernleşme, tüketim, zaman kısıtlılığı nedenleriyle bireylerin çabuk hazırlanan ve tüketilen gıdalara yöneldikleri belirtilmiş ve kilolu olmanın çoğunlukla sağlık üzerindeki olumsuz etkileri üzerinde durulduğu anlaşılmıştır. Yapılan araştırmalardan yola çıkarak zayıflama davranışlarında bireylerin aile içi ilişkilerinin daha az incelenen bir

araştırma alanı olduğunu söylemek mümkündür. Bu araştırmada gençlerin zayıflama davranışları sosyolojik açıdan ele alınarak gencin yaşamında önemli bir sosyal grup olan aileden yola çıkılmıştır. Zira sosyolojik araştırmalarda birey toplum içerisinde; sınıf, toplumsal cinsiyet, etnisite, yaşanılan bölge, kültür, aile ve eğitim gibi pek çok faktörle bir arada ele alınmaktadır (Dwyer ve Wyn 2001).

Belirtilenler bağlamında bu araştırmada gencin zayıflama davranışı sergilemesinde aile yaşam kalitesinin / aile yaşam memnuniyetinin öznel yönünün rolünün anlaşılması konu edilmiştir. Bu noktada araştırmada gençlerin zayıflama davranışlarının nedenlerini aile yaşam memnuniyeti açısından ortaya koymak araştırmanın öncelikli amacını oluşturmuştur. Bu amaçla aile yaşam memnuniyetinin öznel yönü (aile bütünlüğü, aile içi ilişkiler-ebeveynler arası ilişkiler, ebeveyn-genç ilişkisi, kardeşler arası ilişkiler- aile içi görev ve sorumluluklar, ebeveynlerin gence yönelik ilgisi, karar alma sürecine katılım) olarak ele alınmıştır. Katılımcılarla derinlemesine görüşmeler yapılarak elde edilen ifadeler kapsamında da araştırmanın bulgularına ulaşılmıştır.

Araştırmada öncelikle genç için zayıf bedene sahip olmanın anlamı sorgulandığında; toplumun idealize ettiği “güzel”, “çekici” ve “zayıf” beden beklentisine yönelik mesajların gence ulaşmasında ailenin de bir araç olduğu anlaşılmıştır. Gençler ilk önce yaşadıkları evlerde kiloları nedeniyle dikkat çekmemeye çalışmışlardır. Bu nedenle gençlerin evde ve dâhil oldukları sosyal gruplarda adeta görünmez olabilmeyi istedikleri anlaşılmıştır. Bireylerin bedensel görünümünün toplumsal yansımasından duydukları rahatsızlık Mead (1934)’in genelleştirilmiş öteki kavramıyla açıklanabilir. Genelleştirilmiş öteki kavramı bireyin dâhil olduğu sosyal grupları içermektedir. Bebeklik döneminden itibaren bireyler kendilerine gönderilen mesajları önemsemekte ve bu mesajlar bireye öncelikle ailesi tarafından gönderilmektedir. Birey kendisine yönelen mesajları içselleştirerek davranışlarını bir noktada da bedenini şekillendirmektedir. Bu noktada zayıf olmanın anlamını ‘kalabalıkta görünmez olma isteği: ideal bedene atfedilen değer’ teması göstermektedir.

Her ne kadar bireysel bir tercih olarak gözükse de sosyolojik bakış açısıyla gencin zayıflamak istemesinin arkasındaki sosyal faktörler görülebilir. Bu sosyal

faktörler arasında aile, medya, kültür ve arkadaş grubu gösterilebilir. Gençler, toplumun kendilerine yönelttiği ‘güzel’, ‘çekici’ ve ‘zayıf’ yani ‘ideal’ beden imajıyla yoğun olarak karşılaşmaktadırlar. Araştırma bulgularından yola çıkarak gençlerin; karşı cins tarafından beğenilmek, özgüvenli olmak, kendilerini beğenmek ve güzel olmak ayrıca kıyafet dayatmasıyla da karşılaşmamak için zayıflamak istediklerini belirttikleri anlaşılmaktadır. Elde edilen bu sonuç diğer araştırma sonuçlarıyla da benzerlik göstermektedir.

Genelleştirilmiş öteki yani toplum tarafından gencin bedenine yönelik olarak yalnızca ‘güzel’, ‘ince’ ‘zayıf’ ve ‘çekici’ beden mesajları iletilmemekte bunlara ek olarak zayıf olmak sağlıklı olmakla birlikte değerlendirilmektedir. Katılımcılara göre zayıf bedene sahip olmak sağlıklı yaşamın bir göstergesi olarak değerlendirilmiştir. Bu nedenle, araştırmada “kaliteli bir yaşam isteği: sağlıklı bedene atfedilen değer” temasına ulaşılmıştır. Araştırma sonucunu destekler şekilde Shilling (1993, s. 1) bireylerin sağlık, beden şekli ve bireysel kimliklerinin ifadesi olarak görünüşleriyle daha fazla ilgilendiklerini belirterek, zayıf beden baskısı sonucu milyonlarca dolarlık bir endüstri oluştuğunu ifade etmiştir (aktaran Ozansoy, 2012, s. 63).

Gençlere iletilen bu mesajlar gençlerde beslenme alışkanlıklarının değişmesine ve zayıf bedene sahip olabilmek için sağlıksız yollara başvurmaya yol açabilmektedir. Araştırmada gençler ‘yağlarından arınabilmek’ / zayıf bedene sahip olabilmek için beslenme düzenlerini değiştirmiş, spor yapmış ve profesyonel destek aldıklarını belirtmişlerdir. İstenilen bedene ulaşmak bazı katılımcılar için zayıflamakla son bulmamaktadır. Zayıflama sonrasında bedende ‘sarkan derilerini’ toplatmak için estetik operasyon yaptıracağını belirten bir katılımcı bulunmaktadır. Nitekim Howson (2013, s. 135-144)’da bedenin şeklini değiştirmenin veya korumanın bir yolu olarak yalnızca egzersiz uygulamalarını görmemekte, tüketim kültüründe inşa edilen tek tip veya görünümün oluşumuna estetik operasyonlar gibi teknolojinin çeşitli şekilde uygulamasının yardımcı olduğunu belirtmektedir.

Araştırmanın ana odağı olan gençlerin aile yaşam memnuniyetlerinin öznel yönlerine bakıldığında; ilk dönem araştırmalarında yaşam kalitesi kavramı

kullanılmadan ailelerin sosyal durumlarına yoğunlaşıldığı görülmektedir. Bu araştırmalar çoğunlukla sosyo-ekonomik bağlamda ailelerin konumlarının ortaya çıkartılması ve bölgesel gelişme düzeyleri hakkında bilgi edinerek mevcut politikalara yön vermek amacıyla yapılmıştır. 1960'lı yıllarla birlikte bireyler ve toplumlar hakkında ekonomik durumun tek başına yetersiz olduğu üzerinde durularak bireylerin ve toplumların mevcut koşulları nasıl değerlendirdiğinin önemli olduğu vurgulanmaya başlanmıştır. Bu dönemde yapılan araştırmalar kalite kavramından memnuniyet kavramına geçişi barındırmaktadır. Araştırmalarda bireylerin; yaşadığı mahalle, kent, çalışma koşulları, ulaşım ve sağlık hizmetlerinden yararlanabilme gibi konulardaki durumlarını değerlendirmelerine bakılmıştır.

Aynı zamanda yaşam kalitesi / yaşam memnuniyeti kavramları fiziksel ve psikolojik yönleriyle birlikte; bireyin içinde bulunduğu gruplarla olan ilişkileri yani aile, arkadaşlık, komşuluk ve akrabalık ilişkilerini de kapsamaktadır. Sosyal bir kurum olarak aile, yalnızca ekonomik imkânları kapsamında bireylerin ihtiyaçlarını karşılayan bir kurum değil, aynı zamanda aile bütünlüğü, iletişim, ilgi, karar alma mekanizmaları, sorumluluklar gibi öznel boyutlar hakkında da fikir sağlamaktadır.

Aile içerisinde gence yönelik ilgisizlik, aile bütünlüğünün bozulması, aile üyeleri arasındaki iletişim eksiklikleri, çatışma, kardeşler arası anlaşmazlık ve ebeveyn-çocuk arasındaki sorunlar gençlerde aile yaşam memnuniyetsizliğine yol açabilmektedir.

Aile kurumu çocuğun güven ve eğitim gibi temel ihtiyaçlarını sağlayan bir kurum olmanın yanında çocukların yaşam memnuniyetlerini belirleme noktasında da rol oynamaktadır. Örneğin Cavanagh (2008), aile yapısında meydana gelen değişimin gencin aile içi ilişkilerinde değişikliğe yol açarak memnuniyet durumlarının değişebilmesinde rol oynadığını belirtmiştir. Bu noktada çocukların ve gençlerin yaşam memnuniyetini belirleyen önemli bir faktör ebeveynlerin evlilik bağına devam ettirme durumlarıdır.

Bu araştırmada gençlerin zayıflama davranışları aile yaşam memnuniyetinin öznel boyutları üzerinden değerlendirildiğinde ilk olarak katılımcıların aile bütünlüklerine bakılmıştır.

Bu araştırmada gençlerin aile yaşam memnuniyetlerinin bir boyutu olan aile bütünlüğü kavramı; anne ve babanın evliliklerini devam ettirmeleri ve ebeveynlerin hayatta olmaları durumu olarak ele alınmıştır.

Aile bütünlüğünün bozulması; ebeveynler arasındaki diyalogun kopması veya azalması, maddi problemler, duygusal anlamda bir ebeveyne yakınlık veya uzaklık hissetme, sorumluluk alma gibi ekonomik, sosyal ve duygusal pek çok değişimi beraberinde getirmektedir. Bu nedenlerle aile bütünlüğünün korunmasının bireyin yaşam memnuniyeti açısından önemli olduğu söylenebilir.

Araştırmada aile bütünlüğünün bozulmasının, gencin yemek masasında birlikte yemek yeme hayali kurmasına neden olduğu anlaşılmıştır. Daha açık bir ifadeyle, aile bütünlüğünün bozulması, ekonomik zorluklar nedeniyle gencin beslenme alışkanlıklarının değişmesine yani yemek çeşitliliğinin azalmasına, yiyecek yokluğuna, yemek saatlerinin değişmesine ve gençte yemek yeme işteğinin azalmasına yol açmıştır. Gençlerin ifadeleri dikkate alındığında aile yaşam memnuniyetinin öznel boyutlarından birisi olarak ele alınan aile bütünlüğüne gencin, ailenin bir aradalığının göstergesi olarak birlikte zaman geçirebilme ve özellikle yemek saatlerinde bir arada olmayı isteme gibi anlamlar yüklediği görülmüştür. Katılımcı ifadeleri değerlendirildiğinde aile bütünlüğünün, gencin aile yaşam memnuniyetini yeme davranışları noktasında belirlediği anlaşılmaktadır.

Sosyolojik açıdan geçmişten günümüze kadar aile yapısındaki değişim incelendiğinde; boşanma oranlarındaki artış ve çiftlerin evlenme kararından uzaklaşma tercihiyle birlikte günümüzde tek ebeveynli aileler, ocuk sahibi olmayan aileler, koruyucu aile formundaki ailelerle ve Batı'da eşcinsel çiftlerin oluşturduğu aile türlerinin arttığı görülmektedir. Aile türlerindeki bu değişimin ebeveyn ve çocukların yaşamlarında yol açtığı sonuçlar bağlamında yeni araştırmaların kapısını açtığı söylenebilir. Bu noktada özellikle sosyolojik olarak

çocukların ve gençlerin hayatında ailenin rolü ve gençlerin aile yaşam kaliteleri / aile yaşam memnuniyetleri üzerinde yapılan araştırmaların önem kazandığı söylenebilir. Toplumda aile tiplerinin giderek çeşitlilik göstermesiyle aile yapısındaki artan değişikliklerin çocukların yaşam dönemlerinde önem taşıdığını Cavanagh (2008, s. 945)'da vurgulamıştır.

Araştırmada gençlerin aile yaşam memnuniyetleri aile içi ilişkiler bağlamında öncelikle gencin anne ve babası arasındaki ilişkileri, gencin babasıyla olan ilişkisi, gencin annesiyle olan ilişkisi ve gencin kardeşleriyle olan ilişkileri üzerinden ele alınmıştır.

Bireyin yoğun bedensel değişimler yaşadığı gençlik dönemi dikkatini kendi bedenine yoğun olarak çevirdiği bir dönemdir. Ebeveynler, çocuklarını tehlikelere karşı koruma ve onların kendilerini güvende hissetmeleri noktasında görevli (Lahikainen 2008: 69) olmalarının yanı sıra aile içi ilişkilerde de gencin sağlıklı gelişimi açısından da önemli görevler üstlenmektedirler. Diğer bir ifadeyle beslenme, barınma ve güvenlik gibi ihtiyaçlarının öncelikle aile içerisinde karşılandığı düşünüldüğünde gencin aile içi ilişkilerinin de incelenmesi gerektiği düşünülmektedir. Genç, ekonomik ve kültürel aktarımı ilk olarak aileden alan genç için aile içi ilişkilerindeki memnuniyet durumu genç açısından önem kazanmaktadır. Aile üyeleri arasındaki sosyal etkileşimin aile yaşam memnuniyetinin belirlenmesinde üzerinde durulan önemli bir alan olmasını Sabatier vd., (2011)'da vurgulamaktadır.

Gençlerin anne ve babaları arasında çatışmalı ilişkinin olduğu görülmektedir. Üstelik genç tarafından anne ve baba arasındaki çatışmalı olarak tanımlanan ilişkinin 'dışarıdan' fark edilmediği halde ev içerisinde sürekli olarak hissedildiği ve de gencin aslında problemsizmiş gibi görülen bir durumu oldukça yakından yaşadığı anlaşılmıştır. Gençlerin anne ve babaları arasındaki çatışmalı ilişkinin gençlerin yeme alışkanlıklarını da değiştirdiği görülmüştür. Gençler aile içerisindeki çatışmalı ilişki sonrasında daha fazla yemek yemekten utanmak veya kimse görmeden yemek gibi davranışlar geliştirdiklerini belirtmişlerdir.

Sosyolojik açıdan ailece yenilen yemekler yalnızca bedensel bir gereksinimin karşılanması ötesinde anlamlara sahiptir. Yemekler; aile üyelerinin günlük yaşamlarının, üzüntü ve sevinç gibi duyguların da paylaşıldığı, aile için önemli konuların konuşulduğu ve aileye özgü kuralların aktarıldığı özellikleri barındırmaktadır. Bu noktada aile yemeklerinin de “aile” ve “ev” ideallerinin yeniden üretildiği, kültürel pratiklerin ev içinde üretildiği ve tüketimin yaşandığı, aile kimliğinin ve birliğinin pekiştirilmesinde rol oynadığı (Charles ve Kerr, 1988; Cinotto, 2006; DeVault, 1991; Marshall, 2005; Valentine, 1999 aktaran Gallegos vd., 2010, s. 243) belirtilmektedir.

Gencin anne ve babası arasındaki ilişkiye bakıldığında, ebeveynler arasındaki anlaşmazlıkların gencin aile içerisinde huzursuz bir ortamı deneyimlemesine yol açtığı söylenebilir. Elde edilen bu bulgu gencin aile yaşam memnuniyetini öznel yönde inceleyen araştırmaların sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir.

Bu bağlamda araştırma bulguları dikkate alındığında, aile yaşam memnuniyeti açısından anne ve baba arasındaki ilişkinin gençlerin yaşam memnuniyetini olumsuz olarak etkileyerek beslenme alışkanlıklarının değişmesine yol açtığı anlaşılmıştır.

Aile içi ilişkilerin ikinci ayağını oluşturan ebeveyn genç ilişkisine, öncelikle gencin babasıyla kurduğu ilişki üzerinden bakılmıştır. Gençlerin, babalarıyla olan ilişkilerinin kilo odaklı çatışmalı bir ilişki şeklinde olduğu anlaşılmıştır. Gençler babalarının kendilerini yaşça büyük olan doğum yapmış kilolu kadın örneği üzerinden hareketle annelerine benzettiklerini belirtmişlerdir. Aynı zamanda gençler, babalarının beden hatlarının belli olduğunu vurguladıklarını belirterek bedenlerini kapatmak zorunda hissettiklerini de ifade etmişlerdir. Bedenlerini kapatmak için daha bol ve daha uzun kıyafetleri tercih etmek zorunda kalan gençlerin zayıflamayı sağlıklı olmak için değil görünüm ve babalarının dikkatini ‘kalın bacaklarına’ çekmemek için istedikleri anlaşılmaktadır. Bununla birlikte gence fazla yemek yediğinin hissettirilmesi gencin ailede fazla tüketen konumuna getirilmesine yol açabilmektedir. Bu durum katılımcıların ifadeleriyle de desteklenmektedir. Belirtilenler bağlamında araştırmada gencin babasıyla kurduğu çatışmalı ilişkide; ‘anneme benzetilen

ben', 'gizlenemeyen beden' ve 'yük görünmek' temalarına ulaşılmıştır. Gençler babalarıyla olan kilo odaklı çatışmaya dayalı ilişkilerinin bedenlerini düşünmelerine yol açtığını belirtmiş ve zayıflamak istediklerini ifade etmişlerdir.

Aile içi ilişkilerden gencin annesiyle kurduğu ilişkide ise, çatışmaların daha az yaşandığı ve ilişkilerinin daha uyumlu olduğu görülmüştür.

Anneleriyle uyumlu bir ilişkisi olan katılımcılar annelerinin kendilerini zayıflamaya teşvik edici sözel ve davranışsal uyarılarda bulunduklarını belirtmişlerdir. Bu uyarılar, gençler için sevdikleri yemekleri yapmanın yanı sıra, porsiyonlarını küçültme, bakışlarla gencin bedenini kontrol etme ve sözel uyarılarda bulunma şeklindedir.

Ebeveynle kurulan ilişkinin gencin yaşam memnuniyetinde rolü olduğu anlaşılmıştır. Bu bağlamda babasıyla çatışmalı ilişkilerinin kilo odağında olduğu, gençlerin kilolarına odaklanarak görünüşleri açısından zayıflamak istemeleri anlaşılmıştır. Annelerle kurulan uyumlu ilişkide de gençlerin kilolarını vermeye yönelik daha teşvik edici ve cesaretlendirici tavırlarla karşılaştıkları görülmüştür.

Annelerin bir taraftan zayıflamayı gereksiz olarak görmesi sonucu anne gözüyle görmek: böyle iyisin/ güzelsin teması elde edilirken bir taraftan da gençleri kilo vermeye teşvik ettikleri anlaşılarak 'incitmeden söylemek: biraz kilo mu versen?' temasına ulaşılmıştır.

Bireylerin kilolarına yüklenen anlam, zamana bağlı olarak kültürden kültüre değişikliğe uğramaktadır. Beden ağırlığı sosyal statünün bir göstergesi olarak ele alınmıştır. Örneğin, zayıf bedene sahip olmak kıtlık dönemlerinde düşük sosyo-ekonomik statünün ve hastalıklı olmanın göstergesi olarak değerlendirilmekteyken bazı kültürlerde de genç kızların fiziksel görünüşleri babalarının - daha sonra da eşlerinin- zenginliklerinin bir göstergesi olarak görülmüştür. 20.yy'ın başına kadar, Amerika ve Avrupa'da da zayıf olmak değil kilolu olmak önemlidir (Klein 1996; Stearns 1997). Fakat tüketim kültürüyle birlikte zayıf olmak sağlıklı olmakla ilişkilendirilirken fazla kilolu olmak ise sağlık riskleriyle bağlantılandırılmaya başlanmıştır. Bu konudaki tavsiyeler ise medya ve reklamlar aracılığıyla yaygınlaştırılmaktadır (Featherstone 2001, s. 185-186).

Annelerin gençlerin zayıflamalarını istemelerini de istememelerini de kiloya verilen kültürel anlamla açıklamak mümkündür. Katılımcılardan Sevgi'nin annesinin 'et cildi güzelleştiriyor' ve Yeşim'in yaşadığı yerde 'kadının etlisinin değerli' olduğunun vurgulanması kiloya verilen değerın kültürel olarak şekillendiğini destekleyen ifadeler olmuştur. Bunun yanı sıra kilo vermenin kendisine bakmak ve güzelleşmek olarak değerlendirilmesi de tüketim kültürünün etkileriyle açıklanabilir.

Aile yaşam memnuniyetinin öznel boyutu bağlamında zayıflama davranışı olan gencin ebeveyniyle kurduğu ilişkiye bakıldığında Giddens (2005, s. 28) ebeveyn-çocuk ilişkisinin eşitlikçi ve iletişim kanallarının açık olması gerektiğini vurgulamaktadır. Ebeveyn-çocuk ilişkisinin, gencin yaşam memnuniyeti üzerinde önemli rol oynadığı araştırmacılar (Aseltine, Gore, ve Colten, 1998; Hair, Moore, Garrett, Ling, ve Cleveland, 2008; Scaramella, Conger, Spoth, ve Simons, 2002 aktaran Lorenzo-Blanco, Bares ve Delva 2013, s. 127) tarafından da belirtilmektedir.

Aile içi ilişkilerin üçüncü odağı olan kardeşle kurulan ilişkilerde, kardeşle olan çatışmalı ilişkilerin gencin kilosuna odaklanarak kilo durumu noktasında bireyin etiketlenmesine yol açması öne çıkan bir durum olmuştur. Babayla olan çatışmalı ilişkide olduğu gibi kardeşle olan çatışmalı ilişkide de genç kıyaslanmış, kilosuna yönelik uyarılmış ve bedenine dair kendisiyle dalga geçilmiştir. Kardeşin kilosuna yönelik olarak 'patlak' ve 'şişko' gibi etiketlemeler üzerinden kardeşle dalga geçildiği anlaşılmıştır. Katılımcıların ifadeleri açısından değerlendirildiğinde hem sözel olarak hem de davranışsal olarak gençlerin kilolarına yönelik etiketlemeler yapıldığı anlaşılmaktadır. Kilo durumunun bireyin ilişkilerinde sosyal etiket olduğu, kilo durumuna dair bireylerin kimliklerinin inşa edildiğini Maykovich (1978, s. 454) vurgulamıştır.

Diğer taraftan kardeşleriyle uyumlu ilişkisi olan gençler kilolarına dair aldıkları uyarıları tavsiye olarak değerlendirmişlerdir. Kardeşlerinin kendi iyiliklerini düşündüklerini belirten katılımcılar kilo verme yönünde teşvik edildiklerini ifade etmişlerdir.

Gençlerin aile içi ilişkileri genel olarak değerlendirildiğinde aile üyeleriyle kurulan çatışmalı ilişkilerin gençlerin aile yaşam memnuniyetini olumsuz olarak etkilemesinin yanı sıra gençlerin beden algılarına yönelik memnuniyetsizlik oluşturduğu da anlaşılmıştır. Diğer bir ifadeyle araştırma bulguları dikkate alındığında bireyin içinde doğup büyüdüğü ailenin bireyin bedenine yönelik söylem ve davranışlarının yaşam memnuniyetini etkileyerek bireyin bedenine yönelik düşüncelerinin gelişiminde önem taşıdığı söylenebilir.

Zayıflama davranışı olan gençlerin aile yaşam memnuniyetlerinin bir diğer öznel yönü ebeveynlerin gence yönelik ilgisidir. Ebeveynlerin gençlere yönelik ilgileri zayıflama davranışı bağlamında değerlendirildiğinde, gençlerin ilgi konusunda öncelikle hem kilo alımında hem de kilo aldıktan sonraki aşamada sorunlar yaşadıkları anlaşılmıştır. Gençlerin ifadelerinden ebeveynlerin gence yönelik ilgisizliklerinin (evde yemek yapılmaması, sağlıksız atıştırmalıkların bulundurulması ve uzun süreli açlık durumu) öncelikle gençlerde sağlıksız beslenme alışkanlığına yol açtığı anlaşılmıştır.

Aynı zamanda ebeveynlerin gençlere yönelik ilgisizliklerinin gencin kilo alımında da devam ettiği 'kiloyla yalnız kalmak: saldırlar çayıra bıraktılar' temasıyla açıklanmıştır. Elde edilen bu sonuç diğer araştırmalarla benzerlik göstermektedir. Örneğin Reineke (2008, s.4) ebeveynlerin çocuklarına yönelik yaklaşımlarının ebeveyn-çocuk ilişkisini belirleyerek çocuklarının sağlıklı yeme davranışını kazanmalarını ve çocuklarının kilo durumunda belirleyici olduğunu belirtmektedir.

Gençlerin zayıflama davranışlarının aile yaşam memnuniyeti açısından bir diğer boyutunu da gencin aile içerisinde aldığı görev ve sorumluluklar oluşturmaktadır. Araştırmanın sonucunda gençlerin aile içerisinde öncelikle kardeşlerinin sorumluluklarını aldıkları anlaşılmıştır. Ayrıca gençlerden; ev işlerine yardım etmeleri, eğitim hayatlarında başarılı olmaları ve ebeveynlerine komşu ve akraba ziyaretlerinde eşlik etmeleri beklenmiştir. Katılımcı ifadelerinden yola çıkarak gencin aile içerisinde aldığı sorumlulukların aile yaşam memnuniyeti bağlamında gencin bedenine dair zayıflama düşüncelerine yol açmadığı anlaşılmıştır.

Benzer şekilde diğ er bir bulgu da gencin aile içi karar alma s ure  lerine katılımı noktasında  ekillenmi tir. Gençler ailevi konularda ve kendileriyle ilgili olan konularda fikirlerinin sorulduğunu belirtirken diğ er taraftan fikirlerinin sorulmadığını belirten katılımcılarda bulunmaktadır. Aile yaşam memnuniyetinin bileşenlerinden olan gençlerin ailede sorumluluk almaları ve karar mekanizmalarına katılmaları durumunun bu araştırmada zayıflama davranışı gösteren gençlerin zayıflamaya yönelmelerinde rol oynamadığı anlaşılmıştır. Bu durumun nedenini katılımcı grubuyla a ılamak mümkündür. Farklı katılımcı gruplarıyla yapılacak olan araştırmalarda örneğin yeme bozukluğu olan veya obez olan gençlerle yapılacak olan araştırmalarda gencin karar alma s ure  lerindeki rolü ve sorumlulukları gencin aşırı kilo almasına veya yememe davranışları geli tirebilmesinde rol oynayabilir.

Belirtilenlerin yanı sıra araştırmada zayıflama deneyimlerinin hem kendi yaşamlarında hem de aile yaşamlarında hangi sonuçları yarattığı yine gençlerin anlatılarından yola çıkılarak açıklanmıştır.

Sosyolojik açıdan gençlik dönemi bireyin aile  yeleri dışındaki bireylerle ilişkilerinin de önem kazanmaya ba ladığı dönem olma özelliğini taşımaktadır. Bu dönemde genç dikkatini bedenine yoğunla tırmakta ve bedenine daha fazla  zen göstermeye ba lamaktadır. Dolayısıyla gençlerin bedenlerine ilişkin memnuniyetsizlikleri gençler açısından bazı sorunları beraberinde getirebilir.

Sosyolojik açıdan gençlerin bedenlerine kilolarına yönelik olarak etiketlenmeleri bireylerin sosyal yaşamlarında arkadaş edinme, evlenme, i  bulamama gibi problemlerle kar ıla maları nedeniyle önem taşımaktadır. Araştırmacılar (Cahnman, 1968; Mayer, 1968) tarafından da 'obez' bireylerin a ağılandığı, alay edildiği ve ayrımcılıkla kar ıla tıkları belirtmektedir. Aynı zamanda obez bireylere karşı olumsuz düşünceler olduğu ifade edilmektedir (DeJong 1980, s. 75). Bu noktada araştırma bulgularından yola çıkarak gençlerin kiloları nedeniyle arkadaş edinmede zorluk yaşadıkları ve dışarıya çıkmak istemedikleri anlaşılmıştır. Gençlerin arkadaşlık ilişkileri ve sosyal yaşamdan kendilerini geri çekmek zorunda hissetmeleri onları sosyal anlamda yalnızlığa itebilir. Gençler

kilo verdikten sonra sosyal yaşama dâhil olduklarını belirterek daha kolay arkadaş edindiklerini söylemişlerdir.

Bununla birlikte kilo vermek genç için ‘ideal’ bedene yakın olmak yani ‘güzel’ olmak anlamına gelmektedir. Sosyo-kültürel idealler ve medyada sunulan kadın güzellik imajlarını bireyler günlük hayatlarına uyarlamakta ve kendi bedenlerini bu noktada sıklıkla eleştirme eğilimi göstermektedirler (De Casanova 2004, s. 288). Sunulan güzellik idealine uzak olmanın genç için kendisini ‘çirkin’ bulmak anlamına geldiği araştırma bulgularından yola çıkarak söylenebilir.

Gencin sosyal hayata dâhil olmaktan kaçınmaması, kendisini güzel bularak beğenmesi gencin duygusal ilişkilere başlayabilmesi açısından önemlidir. Bununla birlikte gençler kilolu oldukları dönemlerde de partnerleriyle kiloları nedeniyle bazı sorunlar yaşadıklarını belirtmişlerdir. Bu sorunlar partnerlerinin katılımcıları spor yapmaya yönlendirme veya ‘balık etlisin’ örneklerinde olduğu gibi doğrudan söylem veya davranışlarla kilolu olduklarının kendilerine hissettirilmesi şeklinde olduğu anlaşılmıştır. Spor yapmaya yönlendirilme ve bedenlerine ilişkin örneğin ‘balık etlisin’ şeklindeki yorumları olmuştur. Gençler zayıfladıktan sonra hoşlandıkları bireyin ‘kankası’ olmaktan çıktıklarını ve duygusal ilişkiye başlamak için bir aday konumuna geldiklerini belirtmişlerdir. Bu durum bireyin beden imajının oluşumunda aileyle birlikte karşı cinsin yorumlarına önem verme noktasında De Casanova (2004, s. 289) tarafından vurgulanmıştır.

Nüfusun dinamik yönünü oluşturan gençler hayatı yaşama tercihleriyle de diğer yaş gruplarından daha farklıdır. Örneğin gençler dinledikleri müzik tarzı, bedenlerini sunuş tarzları yani saç ve sakalları, takıları ve dövmeleleri gibi aksesuarlarını kendilerini ifade etmek için bir araç olarak kullanabilmektedirler. Bu noktada gencin özgürce kıyafet bulabilmesi ve istediğini giyebilmesi önem taşımaktadır. Araştırmada gençler zayıfladıktan sonra renkli, topuklu, dar kıyafetler giyebildiklerini belirterek tarzlarını yansıtabildiklerini söylemişlerdir.

Arkadaşlık edinebilmek, kendi fikirlerini söyleyebilmek için gencin kendisine güvenmesi gerekmektedir. Gençlerin kilo verdikleri kendilerine olan güvenlerinin

yerine gelmesini sağlamıştır. Daha önce başını eğip, kalabalıkta kaybolmak isteyen gençler kilo verdikten özgüvenli bir şekilde yürüyebildiklerini belirtmişlerdir.

Araştırmada gencin zayıflaması aileler tarafından iki bağlamda değerlendirilmiştir. Öncelikle aileler gençlerin zayıflamalarını olumlu bir şekilde yorumlamış, başarı ve güzel olmakla ilişkilendirmişlerdir. Diğer taraftan ailelerde gencin yaşamında bir sorun olduğu düşüncesi de oluşmuştur. Bu durum bedene yüklenen kültürel anlam bağlamında değerlendirilebilir.

Bu araştırma pozitivist paradigmadan yola çıkarak oluşturulan neden-sonuç ilişkisi kurmayı amaçlayan bir araştırma değildir. Dolayısıyla herhangi bir genelleme amacı gütmeyen zayıflamak isteyen gençlerin zayıflama nedenleri aile içi ilişkiler bağlamında anlamayı amaçlamış bir araştırmadır. Diğer bir ifadeyle, yorumlasamacı paradigmadan hareketle bu araştırmada gencin yaşam memnuniyeti aile içi ilişkileri üzerinden anlaşılmasına çalışılarak, gencin zayıflama davranışı sergilemesinde aile yaşam memnuniyetinin rolü gençlerin kendi ifadelerinden yola çıkarak açıklanmıştır.

Zayıflamak için farklı yollar deneyen örneğin mide küçültme operasyonu geçiren, yağlarını aldırarak veya zayıflamak için yemek yemeyerek zamanla yeme bozukluğu geliştiren bireylerle yapılan bir araştırmada daha farklı sonuçlar elde etmek mümkün olabilir. Aynı zamanda zayıflamanın önemi, beslenme alışkanlıkları ve sağlıklı beslenmenin bir yaşam şeklinde dönüştürülmesi farklı yaş gruplarında ve cinsiyetlerde farklı anlamlara da gelebilir. Bu nedenle bu araştırmanın farklı katılımcı grupları ve farklı yöntemlerle yapılacak olan yeni araştırmalara ışık tutması umut edilmektedir.

KAYNAKÇA

Abrams, L. S. ve Stornier, C. C. (2002). Sociocultural variations in the body image perceptions of urban adolescent females. *Journal of Youth and Adolescence*, 3, 443-450.

Adams, J. (2009). Bodies of Change: A Comparative Analysis of Media Representations of Body Modification Practices. *Sociological Perspectives*, 52 (1), 103-129.

Agate, S. T., Zabriskie R. B. ve Eggett D. L. (2007). Praying, Playing and Successful Families. *Marriage and Family Review*, 42 (2), 51-75.

Aktaş Altunay, S. ve Burcu E. (2008). Türkiye’de Gelir ve Yaşam Memnuniyeti İlişkisinin Sosyolojik Analizi. *Sosyoloji Araştırmaları Dergisi*, 11(1), 5–27.

Alemdar, S. (2016). *Özel Bir Zayıflama Merkezine Devam Eden Yetişkin Kadınlarda Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Ağırlık Kaybına Yansımalarının Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Başkent Üniversitesi, Ankara.

Andrews, F. M. (1974). Social Indicators of Perceived Life Quality. *Social Indicators Research I*, 279-299.

Angeles, L. (2010). Children and Life Satisfaction. *Journal of Happiness Studies*, (11), 523–538.

Antognoli, T. ve Paula, L. (2000). *Parent-Child Relationship, Family Structure, And Loneliness Among Adolescents*. Ph.D’s Thesis, Texas Woman’s University Denton, Texas, USA.

Arun, Ö. ve Çakıroğlu Çevik, A. (2011). Quality of Life in Aging Societies: Italy, Portugal and Turkey-Cross-country Comparisons of Conditions of Elderly. *Educational Gerontology*, 37(11), 945-966.

Atwater, E. (1996). *Adolescence*. Prentice Hall, USA.

Aydiner Boylu, A. ve Terzioğlu, G. R. (2008). Ailelerin Yaşam Kalitelerini Etkileyen Bazı Subjektif Göstergelerin İncelenmesi. *H.Ü. İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 26, 2, 1-27.

Axinn, W., Duncan, G. J., ve Thornton, A. (1997). The Effects of Parents' Income, Wealth and Attitudes on Children's Completed Schooling and Self-Esteem. G. J. Duncan ve J. Brooks (Ed.). *Consequences of Growing up Poor* (s. 518-540). New York: Russell Sage.

Baumrind, D. (1980). New Directions in Socialization Research. *American Psychologist*, 35, 639-652.

Beauchamp, T.L. ve Childress James, F. (2012). *Principles of Biomedical Ethics*. Oxford University Press.

Berger, P. L. ve Thomas L. (1966). *The Social Construction of Reality a Treatise in the Sociology of Knowledge*. Penguin Books.

Bhopti, A., Brown, T. ve Lentin, P. (2016). Family Quality of Life: A Key Outcome in Early Childhood Intervention Services - A Scoping Review, *Journal of Early Intervention*, 38(4) 191–211.

Boero, N. (2007). All The News That's Fat To Print: The American "Obesity Epidemic" and The Media. *Qualitative Sociology*, 30, 41–60.

Bordo, S. (1997). Anorexia Nervosa: Psychopathology as the Crystallization of Culture. M. Gergen ve S. Davis (Ed.). *Toward a New Psychology of Gender* (s. 423-453), New York: Routledge.

Bowen, L. G. (1988). Family Life Satisfaction: A Value-Based Approach. *Family Relations*, 37, 458-462.

Bowling, A. (2003). Current State of the Art in Quality of Life Measurement. Carr A. J., Higginson I. J., Robinson P. G. (Ed.). *Quality of Life*, (s. 1-8). London, U.K. : BMJ Books.

Bowling, A. (2004). A Taxonomy And Overview Of Quality Of Life. Brown J, Bowling A, Flynn T. (Ed.). *Models Of Quality Of Life: A Taxonomy And Systematic Review Of The Literature*. FORUM Project, University of Sheffield.

Bradley, R. H. ve Corwyn, R. F. (2004). Life Satisfaction Among European American, African American, Chinese American, Mexican American, and Dominican American Adolescents. *International Journal of Behavioral Development*, 28, 385–400.

Brown, J., Bowling, A. ve Flynn, T. (2004). *Models of Quality of Life: A Taxonomy, Overview and Systematic Review of the Literature*. (Project Report) European Forum on Population Ageing Research.

Brown, I. ve Brown, I.R. (2004). *Quality of Life and Disability An Approach for Community Practitioners*. London and New York: Jessica Kingsley Publishers.

Buckley, C.A., ve Waring, M. J. (2013). Using Diagrams To Support The Research Process: Examples From Grounded Theory. *Qualitative Research*, 13(2), 148–172.

Buetow, S. (2014). How can a family resemblances approach help to typify qualitative research? *Exploring the Complexity of Simplicity*, 4 (4), 1– 7.

Burcu, E. (1997). *Çırak ve Kalfa Gençlik Altkültür Grubu Hakkında Sosyolojik Bir Araştırma*. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Burcu, E. (2007). Aile- Kültür İlişkisi Çerçevesinde Türk Ailesinde Çocuğun Cinsiyetinin Önemi. N. Güngör Ergan, E. Burcu, B. Şahin, M. Kamanlıoğlu (Ed.). *Prof. Dr. Nihat Nirun'a Armağan* (s.187-200). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayınları.

Butler, C. (2015). Making Interview Transcripts Real: The Reader's Response. *Work, Employment And Society*, 29, 166–176.

Çabuklu, Y. (2004). *Toplumsalın Sınırında Beden*, Kanat Yayınları: İstanbul.

Cahnman, W. J. (1968). The Stigma Of Obesity. *The Sociological Quarterly*, 9 (3), 283-299.

De Casanova E. M. (2004). "No ugly women": concepts of race and beauty among adolescent women in Ecuador, *Gender and Society*, 18 (3), 287-308.

Cash, T. F. ve Fleming, E. C. (2002). The Impact Of Body Image Experiences: Development Of The Body Image Quality Of Life Inventory. *International Journal of Eating Disorders*, 31, 455-460.

Carey, E. (2009). Eating, Food And The Female Body In The Media And Medicine: A Feminist Analysis Of Eating Disorders. *Socheolas: Limerick Student Journal of Sociology*, 1(1), 31-45.

Cavanagh, S. E. (2008). Family Structure History And Adolescent Adjustment. *Journal of Family Issues*, 29 (7), 944–980.

Chang, L., McBride-Chang, C., Stewart, S. M. ve Au, E. (2003). Satisfaction, Self-Concept, And Family Relations In Chinese Adolescents And Children. *International Journal of Behavioral Development*, 27 (2), 182–189.

Cihan, B. ve Bozo, Ö. (2012). Genç Yetişkin Kadınlarda Zayıflama Haplarına Yönelik Tutumları Ölçen Bir Ölçeğin Geliştirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 15 (30), 63-69.

Conlon, C., Carney, G., Timonen, V., Scharf, T. (2015). Emergent Reconstruction In Grounded Theory: Learning From Team-Based Interview Research. *Qualitative Research*, 5(1), 39–56.

Costanza, R., Fisher, B., Ali, S., Beer, C., Bond, L., Boumans, R., ve diğerleri. (2007). Quality Of Life: An Approach Integrating Opportunities, Human Needs, And Subjective Well-Being. *Ecological Economics*, 61, 267 – 276.

Creswell, J. W. (1998). *Qualitative Inquiry and Research Design Coosing Among Five Traditions*. Sage Publications. London.

Crawford, L. A. ve Novak, K. B. (2008). Parent-Child Relations And Peer Associations As Mediators Of The Family Structure – Substance Use Relationship. *Journal of Family Issues*, 29, 155-184.

Crosnoe, R. Ve Cavanagh, S. E. (2010). Families With Children And Adolescents: A Review, Critique, And Future Agenda. *Journal of Marriage and Family*, 72 (3), 594-611.

Cui M., Conger R. D., Bryant C. M., Elder G. H. Jr. (2002). Parental Behavior and the Quality of Adolescent Friendships: A Social-Contextual Perspective, *Journal of Marriage and Family*, 64 (3), 676-689.

De Coster, S. ve Rena C. Z. (2013). Maternal Roles And Adolescent Depression: Conditions And Processes Of Influence. *Sociological Perspectives*, 56, 1-23.

DeJong, W. (1980). The Stigma Of Obesity: The Consequences Of Naive Assumptions Concerning The Causes Of Physical Deviance. *Journal of Health and Social Behavior*, 21 (1), 75-87.

Delaney, M. E., O'Keefe, L. D., ve Skene, K. M. L. (1997). Development Of A Socio Cultural Measure Of Young Women's Experiences With Body Weight And Shape. *Journal of Personality Assessment*, 69, 63-80.

Demirel, F., Bideci, A., Çamurdan, M. O., Yeşilkaya, E. ve Cinaz, P. (2005). Bilinçsiz Zayıflama Diyeti Uygulayan Ergen Kızlarda Gelişen Hipotiroidi: Olgu Sunumu. *Sted*, 14 (8), 188-191.

Demiralp, M., Bahtiyar, D., Sarıkoç, G., İyigün, E., Açıkel, C. ve Başbozkurt, M. (2015). Beden İmgesinin Yaşam Niteliğine Etkisi Ölçeğinin Türkçe Uyarlaması: Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16, 82-90.

Demiray, E. ve Çalışır, G. (2016). Küreselleşme ve Medya Aracılığıyla Kadın Bedenine Müdahale: “Cosmopolitan” ve “Elele” Dergilerinin Analizi. *Uluslararası İletişim, Edebiyat, Müzik ve Sanat Çalışmalarında Güncel Yaklaşımlar Kongresi: 24-25 Mart 2016- Kocaeli* (s. 336- 343), Kocaeli.

Denscombe, M. (2007), *The Good Research Guide for Small Scale Social Research Projects*. Open University Press.

Dew, T. ve Huebner, E. S. (1994). Adolescent's Perceived Quality of Life: An Exploratory Investigation. *Journal of School Psychology*, 32, 185 - 199.

Dickson-Swift, V., Kippen, J. E. S, vd. (2008). Risk to Researchers in Qualitative Research On Sensitive Topics: Issues and Strategies. *Qualitative Health Research*, 18 (1), 133 - 144.

Diener, E. ve Diener, M. (1995). Cross-Cultural Correlates of Life Satisfaction and Selfesteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 34–43.

Diener, E. ve Suh, E. (1997). Measuring Quality Of Life: Economic, Social, And Subjective Indicators. *Social Indicators Research*, 40, 189–216.

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. ve Smith, H. L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades Of Progress. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276-302.

Diener E., Oishi S., Lucas R.E. (2003), Personality, Culture, And Subjective Well-Being: Emotional And Cognitive Evaluations Of Life, *Annual Rewiev of Psychology*,54,403-425.

Diener, M. L., ve Diener, M. M.B. (2008). What Makes People Happy? A Developmental Approach To The Literature On Family Relationships And Well-Being. Larson R. ve Eid M. (Ed.). *The Science of Subjective Well-being* (s. 347–375). New York: Guilford Press.

Diener, E., Sapyta, J. J. ve Suh, E. (1998). Subjective Well-Being is Essential To Well-Being. *Psychological Inquiry*, 9, 33-37.

Duke, L. (2000). Black in A Blonde World: Race And Girls' Interpretations Of The Feminine İdeal in Teen Magazines. *Journalism and Mass Communications Quarterly*, 77, 367-392.

Dunning H. (2004). *A Mixed Method Approach to Quality of Life in Saskatoon*. Canada: Canada by Printing Services University of Saskatchewan.

Dwyer P. ve Wyn J. (2001). *Youth, Education and Risk: Facing the Future*. London and New York: Taylor ve Francis.

Edwards, L. M., ve Lopez, S. J. (2006). Perceived Family Support, Acculturation, And Life Satisfaction in Mexican American Youth: A Mixed-Methods Exploration. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 279-287.

Erden, Ö. O. (2011). Dil, Toplumsal Cinsiyet ve Yeniden Üretimin Hegemonik Bir Alanı Olarak 'Beden': Bir Kavramın Sosyolojisi Üzerine. *4. Uluslararası Bir Bilim Kategorisi olarak 'Kadın' Sempozyumu: 4-6 Mayıs 2011, İnönü Üniversitesi Sanat ve Tasarım Dergisi*, (530-540), Malatya.

Ertuğ Toker, D. ve Hocaoglu, Ç. (2009). Yeme Bozuklukları ve Aile Yapısı: Bir Gözden Geçirme. *Düşünen Adam*, 22, 36-42.

Erenoğlu Son, N. (2014). *Obez ve Obez Olmayan Bireylerde Etik Açısından Beden Algısı ve Yaşam Kalitesinin Değerlendirilmesi*. Doktora Tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eskişehir.

Esgin, A. (2011). Beden Sosyolojisi Açısından Popüler Kültür ve Kadın. *Woman 2011, 4. Uluslararası Bir Bilim Kategorisi Olarak 'Kadın' Sempozyumu: 4-6 Mayıs 2011, İnönü Üniversitesi Sanat ve Tasarım Dergisi*, (669-679), Malatya.

Evaluation and Synthesis of Studies Using Qualitative Methods of Analysis, Swedish Council on Health Technology Assessment, 2012 (2).

Exenberger, S. ve Juen, B. (2014). *Well-Being, Resilience and Quality of Life from Children's Perspectives. A Contextualized Approach*, USA: Springer.

Falci, C. (2006). Family Structure, Closeness To Residential And Nonresidential Parents, And Psychological Distress In Early And Middle Adolescence. *The Sociological Quarterly*, 47, 123-146.

Featherstone, M. (2001). The body in consumer culture In Featherstone M. ve Hepworth M. Turner Brayn S. (Eds.), *The body: Social process and cultural theory* (170-197). London, Thousand Oaks, New Delhi: SAGE Publications Ltd.

Ferriss, A. L. (2004). The Quality Of Life Concept In Sociology, *The American Sociologist*, 35 (3), 37-51.

Ferriss A. L. (2010). Approaches to Improving the quality of life how to enhance the quality of life, Netherlands: Springer.

Figuerola, N. I. (2002). The Quality of Life for Youth Who Have Emancipated and are Currently Living Independently, Master of Social Work, California State University Long Beach, California USA.

Foucault, M. (1977). *Discipline And Punish: The Birth Of The Prison*. New York: Pantheon.

Furstenberg, F. F., ve Hughes, M. E. (1995). Social Capital And Successful Development Among At-Risk Youth. *Journal of Marriage and Family*, 57 (3), 580-592.

Furlong, A. (2013). *Youth Studies an Introduction, Youth and the Life Course*. London: Routledge.

Frønes, I. (2016). *The Autonomous Child Theorizing Socialization*, Cham, Heidelberg New York, Dordrecht, London: Springer.

Gallegos, D. Dziurawiec, S., Fozdar, F., Abernethie L. (2010). Adolescent Experiences Of 'Family Meals' in Australia. *Journal of Sociology*, 47(3), 243–260.

Gavazzi, S. M. (2011). *Families with Adolescents Bridging the Gaps Between Theory, Research and Practice*, Springer.

Giddens, A. (2005). The Global Revolution in Family and Personal Life. Skolnick A. S. ve Skolnick J. H. (Ed.), *Family in Transition* (25-31), USA: Pearson.

Glaser, B. G. ve Strauss, A. L. (2006). *The Discovery of Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research*, USA: Aldine Transaction.

Goffman, E. (1963). *Stigma, Notes on the Management of Spoiled Identity*. Prentice-Hall, New-Jersey.

Gökberk, M. (1985). *Felsefe Tarihi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Griffin, M. D. (2002). Life Satisfaction as an Intervening Factor in the Social Adjustment Process of Adolescents. Ph.D. Diss., University of South Carolina. USA.

Grogan S. (2008). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children*, Routledge, London, New York.

Gümüş, D. (2014). Zayıflama Diyeti Uygulayan Bireylerin Menü Etiketleri İle İlgili Algıları, Öğün Seçimlerindeki Tutum Ve Davranışlarının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Günindi Ersöz A. (2010). Tüketim Toplumunda “Sıfır Beden” Söylemi: Neden ve Sonuçları Üzerine Sosyolojik Bir Değerlendirme, *Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 27(2),37-53.

Hadjar, B. D. ve Boehnke, K. (2008), The Socialization Of Hierarchic Self-Interest Value Socialization İn The Family. *Young*, 16 (3), 279–301.

Hagerty, M. R. ve Land, K. C. (2007). Constructing Summary Indices Of Quality Of Life: A Model For The Effect Of Heterogeneous İmportance Weights. *Sociological Methods & Research*, 35, 455-496.

Hamurcu, P., Öner, C., Telatar, B. ve Yeşildağ, Ş. (2015). Obezitenin Benlik Saygısı ve Beden Algısı Üzerine Etkisi. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 19 (3), 122 – 128.

Hasenboehler, K., Simone, M., vd. (2009). Family Structure, Body Mass İndex, And Eating Behavior. *International Journal of Eating Disorders* 42(4), 332–338.

Haspolat, N. K. ve Kağan, M. (2017). Sosyal Fobinin Yordayıcıları Olarak Beden İmajı ve Benlik Saygısı. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19 (2), 139-152.

Hawkins, D. (2005). Cultural attitudes and body dissatisfaction, *Black Issues in Higher Education*, 27, 21- 25.

Haworth Hoeppepner, S. (2000). The Critical Shapes Of Body İmage: The Role Of Culture And Family İn The Production Of Eating Disorders. *Journal of Marriage and Family*, 62 (1), 212-227.

Healy, E. A. (2014). Eating and Ageing: A Comparison Over Time of Italy, Ireland, The United Kingdom and France. *International Journal of Comparative Sociology*, 55(5), 379– 403.

Heinberg, L. J. (1997). Theories of Body Image Disturbance: Perceptual, Developmental, and Sociocultural Factors. J. Kevin Thompson (Ed.). *Body Image, Eating Disorders and Obesity An Integrative Guide for Assessment and Treatment*, (s. 27-47), Washigton: American Psychological Association

Henry, C. S. (1994). Family System Characteristics, Parental Behaviors, and Adolescent Family Life Satisfaction, *Family Relations*, 43 (4), 447-455.

Hesse-Biber, S. N., Howling, S., Leavy, P., ve Lovejoy, M. (2004). Racial Identity, And The Development Of Body Image Issues Among African American Adolescent Girls. *The Qualitative Report*, 9, 49-79.

Hofstede, G. (1984). The Cultural Relativity Of The Quality Of Life Concept. *The Academy of Management Review*, 9 (3), 389-398.

Hofstede, G. (2011). Dimensionalizing cultures: The hofstede model in context, *Online Readings in Psychology and Culture*, 2(1), 1-26.

Holmbeck, G. N., Paikoff, R. L., ve Brooks-Gunn, J. (1995). Parenting Adolescents. Bornstein, M. H. (ed.), *Handbook of Parenting* (Vol. 1), (ss. 91–118), Mahwah, New Jersey London: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.

Howson, A. (2013). *The Body in Society*. UK: Polity Press.

Huebner, E. S. (2004). Research on assessment of life satisfaction of children and adolescents, *Social Indicators Research*, 66 (1-2), 3-33.

Işık, E. (1998). *Beden ve Toplum Kuramı: Öznenin Sosyolojisinden Bedenin Sosyolojisine*, İstanbul: Bağlam Yayınları.

İçli, G. (2011). Kentsel Dönüşüme İlişkin Sosyolojik Bir Değerlendirme- Denizli Örneği. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi*, 3(1), 43-57.

İçağasioğlu Çoban, A. (2007). *Ailelerin Yaşam Kalitelerinin Belirlenmesi: Ankara Örneği*. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Ji, J., Xu, X. ve Rich, S. L. (2002). Determinants of Family Life Satisfaction in Reforming Urban China. *International Journal of Comparative Sociology*, 43 (2), 169-191.

Jones, A. ve Riseborough, M. (2002). Comparing Quality of Life Research International Lessons. *Center of Urban & Regional Studies*, School of Public Policy, University of Birmingham. UK

Kanlıoğlu A. (2012). *Tüketim Kültürünün Arzu Nesnesi Olarak Bedenin Metalaştırılmasında Fotoğrafın Rolü*, Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.

Kartal Yağız, A., Kuğu, N., Semiz, M., ve Kavakçı, Ö. (2016). Sosyal Anksiyete Bozukluğunda Öfke İfadesinin Beden İmgesi ve Yeme Tutumu ile İlişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27(1), 15-22.

Kaya, B., Yiğittürk, D., Yalvaç, H. D. (2003), Anoreksiya Nervoza Tanılı İki Kız Kardeş: Olgu Sunumu. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 6 (1), 56-61.

Keniston, K. (1975). Prologue: Youth as a Stage of Life. Robert J. Havighurst ve P. H. Dreyer (Ed.). *Youth the Seventy-fourth Yearbook of the National Society for the Study of Education*, Chicago: The University of Chicago Press.

Kiecolt, K. J. (2003). Satisfaction With Work And Family Life: No Evidence Of A Cultural Reversal. *Journal of Marriage and Family*, 65 (1), 23-55.

Klein, R. (1996). *Eat Fat*. New York: Pantheon.

Kog, E., Pierloot, R ve Vandereycken, W. (1983). Methodological Considerations of Family Research in Anorexia Nervosa. *International Journal of Eating Disorders*, 2 (4), 79–84.

Kolenikov, S. (1998). *The Methods of the Quality of Life Assessment*. Master Thesiss, ES/Central Economics and Mathematics Institute of the Russian Academy of Science, Moscow.

Krahn, H., Gartrell, J., ve Larson L. (1981). The Quality of Family Life in A Resource Community. *The Canadian Journal of Sociology*, 6 (3), 307-324.

Kresak K. E. (2012). *Sources Of Support And Family Quality Of Life Of Grandmothers Raising Grandchildren With And Without Disabilities*, Department of Educational Psychology, Special Education, and Communication Disorders, Dissertation, Georgia State University.

Lazer, W. (1987). Marketing and the Quality of Life Interface. Samli, A. C (Ed.) *Income and the Quality of Life Interface* (s. 175-187). Connecticut: Greenwood Press Inc.

Laslett, B. ve Warren., C. A. B. (1975). Losing Weight: The Organizational Promotion Of Behavior Change. *Social Problems*, 23 (1), 69-80.

Lahikainen, R. A., Tolonen, K. ve Kraav I. (2008). Young children's subjective well-being and family discontents in a changing cultural context. *Child Indicators Research*, 1, 65–85.

Lee, R. (1993). *Doing Research on Sensitive Topics*. Thousand Oaks, CA and London: Sage Publications.

Lent, R. W. (2004). Toward a unifying theoretical and practical perspective on well-being and psychosocial adjustment, *Journal of Counseling Psychology*, 51(4), 482-509.

Levinson, R., Powell, B. ve Carr Steelman L., (1986). Social Location, Significant Others And Body Image Among Adolescents. *Social Psychology Quarterly*, 49 (4), 330-337.

Liu, L. (2006). Quality Of Life As A Social Representation In China: A Qualitative Study. *Social Indicators Research*, 75, 217–240.

Liu, B. (1975). Quality Of Life: Concept, Measure And Results. *American Journal of Economics and Sociology*, 34, (1), 1-13

Littleton, H. L., ve Ollendick, T. (2003). Negative Body Image And Disordered Eating Behavior In Children And Adolescents: What Places Youth At Risk And How Can These Problems Be Prevented? *Clinical Child and Family Psychology Review*, 6 (1), 51-66.

Louis, V. V. ve Zhao, S., (2002), Effects Of Family Structure, Family Ses, And Adulthood Experiences On Life Satisfaction. *Journal of Family Issues*, 23 (8), 986-1005.

Logio, K. (2003). Gender, Race, Childhood Abuse, And Body Image Among Adolescents, Violence Against Women. *Violence Against Women*, 9(8), 931-54.

Lorenzo-Blanco, E. I., Bares, C. B. ve Delva, J. (2013). Parenting, Family Processes, Relationships, And Parental Support In Multiracial And Multiethnic Families: An Exploratory Study Of Youth Perceptions. *Family Relations*, 62, 125 – 139.

Lovejoy, M. (2001). Disturbances In The Social Body Differences In Body Image And Eating Problems Among African American And White Women. *Gender & Society*, 15 (2), 239-261.

MacSween, M. (1989). *The Anorexic Body: A Feminist and Sociological Perspective on Anorexia Nervosa*. Ph.D. Thesis, University of Glasgow, UK.

Man P. (1991). The influence of peers and parents on youth life satisfaction in Hong Kong, *Social Indicators Research*, 24 (4), 347-365.

Maner, F. (2001). Yeme Bozuklukları. *Psikiyatri Dünyası*, 5, 130-139.

Mas, J. M., Baqués, N., Balcells-Balcells, A., Dalmau, M., Giné, C., Gràcia, M., ve Vilaseca, R. (2016). Family Quality Of Life For Families In Early Intervention In Spain. *Journal of Early Intervention*, 38 (1) 59–74.

Maslow, A. (1954). *Motivation and Personality*. New York: Harper.

Maslow, A. (1968). *Toward a Psychology of Being*. D. Van Nostrand Company: New York.

Maykovich, M. K. (1978). Social Constraints In Eating Patterns Among The Obese And Overweight. *Social Problems*, 25 (4), 453-460.

Mayer, J. (1968). *Overweight: Causes, Cost, And Control*. Englewood Cliffs, N.J. Prentice-Hall.

Maxwell, J. A. (1996). *Qualitative Research Design: An Interactive Approach*. Sage Publications, Thousand Oaks, California.

McCall, S. (1975). Quality of Life. *Social Indicators Research*, 2 (2), 229-248.

McLeod, J. (2001). *Qualitative Research in Counselling and Psychotherapy*, Sage Publications, London.

McDonald, G. W. (1979). Family Well-Being And Quality Of Life: Humanistic Concerns Of The Family Impact Analyst. *The Family Coordinator*, 28 (3), 313-320.

Mead, H. M. (1934). *Mind, Self, and Society: From the Standpoint of a Social Behaviorist*. Chicago: University of Chicago Press.

Megone, C. (1994). *The quality of life: Starting from Aristotle*. Baldwin, S. G. C. and & Propper, C. (Ed.). Quality of Life, (s. 28-42), London: Routledge.

Melanson, S. (2007). *Family Centred Practices in Early Intervention in Nova Scotia: Quality of Life Issues for Families*. Master of Arts, Mount Saint Vincent University, Canada.

Michalos, A. C. (2015). *Ancient Views on the Quality of Life*. Dordrecht: Springer.

Mickel, A. E., Dallimore, E. J. ve Carolyn, N. (2008). What Does The Pursuit Of A High Quality Of Life Entail? Grounding A Theoretical Model In Lived Experience. *Community, Work & Family*, 11 (3), 313-336.

Miles, M. B. ve Huberman, A. M. (1994). *Qualitative Data Analysis*, Thousand Oaks, California: Sage Publications.

Moffat, C., Liam, D., Connor, L. Colin, A. E. (2009). The Impact of Childhood Epilepsy on quality of life: A qualitative investigation using focus group methods to obtain children's perspectives on living with epilepsy, *Epilepsy & Behavior*, 14, 179–189.

Muluk, Z., Burcu, E., ve Danacığlu, N. (2000). *Türkiye'de Kalite Konusundaki Gelişmeler*. Kal-Der Yayınları: Ankara.

Møller, V. (2000). Quality of Life and Positive Youth Development in Grahamstown East, South Africa, M. Joseph Sirgy, Don Rahtz, A. Coskun Samli (Ed.) *Advances in Quality-Of-Life Theory and Research, Social Indicators Research Series, Volume 20* (53-81), Netherlands: Kluwer Academic Publishers.

Nazlı, A. (2004). Beden ve Tüketim: Tüketim Kültürü İçinde Kadın Bedenine Bir Bakış. *Sivil Toplum*, 2 (8), 25-34.

Nazlı, A. (2005). 'Görünmeyen' Beden'den 'Görünen' Beden'e: Beden'in Sosyolojisi, *Sosyoloji Araştırmaları Dergisi*, 2, 71-87.

Nazlı, A. (2006). Bedenin Ölümü: Modern Öncesinden Postmoderne Beden ve Ölüm. *Sosyoloji Dergisi*, 16, 1-15.

Nazlı, A. (2009). Sosyolojik Bakışın Eşiğindeki Beden. *Toplumbilim Dergisi*, (24), 61- 68.

Neuman, W. L. (2011). *Social Research Methods : Qualitative and Quantitative Approaches*, Pearson/A and B. Boston.

Newman, D. M. (2013). *Sosyoloji: Günlük Yaşamın Mimarisini Keşfetmek*. (Çev. A. Arslan), Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Odum, H. W. (1936). *Southern Regions of the United States*. USA: University of North Carolina Press.

Ogburn, W. F. (1933). *Social Trends in the United States*. New York and London: Mc Graw-Hill Book Company, Inc.

Ojeda, L., Flores, L. Y., ve Navarro, R. L. (2011). Social Cognitive Predictors Of Mexican American College Students' Academic And Life Satisfaction. *Journal of Counseling Psychology*, 58, 61-71.

Otto, L. B. (1986). Family Influences on Youth's Occupational Aspirations and Achievements, G. K. Leigh ve G. W. Peterson (Ed.). *Adolescents in Families* (s. 226-255). Cincinnati, OH: South-Western.

Okumuş, E. (2011). Bedene Müdahalenin Sosyolojisi. K. Canatan (Ed.). *Beden Sosyolojisi* (s.45-67), İstanbul: Açılım Kitap.

Okumuşoğlu, S. (2017). *Diyet Yapan Kadınlarda Beden Algısı, Benlik Saygısı, Yaş ve Vücut Kitle İndeksi İlişkisinin Araştırılması*. *ulakbilge*, 5 (13), 1171-1181.

Ozansoy, N. (2012). *Tüketim Toplumunda Güzellik İmajının Üretimi*. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.

Özcan Demir, N., Ulusoy, D. ve Güngör-Baran, A. (2004). A Sociological Analysis On Eating Disorders Among Anorexia And Bulima Nevrosa Patients And Primary School And University Students As Risk Groups İn Turkey II: Family Structure, *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 21, 49-76.

Özkan, İ. (2017). *Hafif Şişman/ Obez Kadınlarda Yeme Bağımlılığı, Depresyon ve Diyet Kalitesinin Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Özmete, E. (2010). Aile Yaşam Kalitesi Dinamikleri: Aile İletişimi, Ebeveyn Sorumlulukları, Duygusal, Duygusal, Refah, Fiziksel / Materyal Refahın Algılanması. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3 (11), 455-465.

Paff Ogle, J. ve Lynn Damhorst, M. (2003). Mothers And Daughters: Interpersonal Approaches To Body And Dieting. *Journal of Family Issues*, 24, 448-487.

Park J., Turnbull H Ann P., Rutherford Turnbull III H. (2002), Impacts of Poverty on Quality of Life in Families of Children With Disabilities, *Exceptional Children*, 68 (2), 151-170.

Park, J., Hoffman, L., Marquis, J., Turnbull, A. P., Poston, D., Mannan, H., et al. (2003). Toward Assessing Family Outcomes Of Services Delivery: Validation Of A Family Quality Of Life Survey. *Journal of Intellectual Disability Research*, 47(4/5), 367-384.

Park, J., Turnbull, A. P. ve Turnbull, III H. R. (2004). Impacts of Poverty On Quality Of Life In Families Of Children With Disabilities, *Exceptional Children*, 68 (2), 151-170.

Park, N. (2004). The Role of Subjective Well-Being in Positive Youth Development. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591, 25-39.

Panagiotakos, D. B. ve Yfantopoulos, J. N. (2011) Methodological Issues In The Quantitative Assessment Of Quality Of Life. *Angiology*, 62 (7), 517 - 519.

Panagopoulos C. (2006), Trends: Obesity, *The Public Opinion Quarterly*, 70, (2), 249-268.

Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research and evaluation methods*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Perryman, M. L. (2005). *The Relationship between Parents' Weight-related Perceptions and Behaviors and Children's Body Composition, Body Image and Self-concept*. Doctor of Philosophy, The University of New Mexico, Albuquerque, New Mexico.

Phillips, D. (2006). *Quality of Life Concept, Policy and Practice*. USA, Canada: Routledge.

Poston, D., Turnbull, A., Park, J., Hasheem, M. vd. (2003). Family Quality Of Life: A Qualitative Inquiry. *Mental Retardation*, 41(5), 313-328.

Proctor, C. L., Linley, P. A. ve Maltby, J. (2009). Youth Life Satisfaction: A Review Of The Literature, *Journal of Happiness Studies*, (10), 583–630.

Proulx, C. M., Helms, H. M., ve Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69, 576–593.

Rauscher, L., Kauer, K., ve Wilson, D.M. B. (2013). The Healthy Body Paradox: Organizational And Interactional Influences On Preadolescent Girls' Body Image In Los Angeles. *Gender and Society*, 27 (2), 208-230.

Reeves, C. A. ve Bednar, D. A. (1994). Defining quality: Alternatives and Implications. *The Academy of Management Review, Special Issue: "Total Quality"*, 19 (3), 419-445.

Reineke Patricia, R. (2008). *The Relationship Between Parenting Style and Child Weight*. Doctoral Dissertation, New York University, USA.

Rogers, D. (1981). *Adolescents and Youth*, Prentice-Hall, USA .

Roberts, K. (2003). Problems and Priorities for the Sociology of Youth, A. Bennett. M. Cieslik, S. Miles (Ed.). *Researching Youth*, UK: Palgrave Macmillan.

Ronen, G. M., Streiner, D. L., Rosenbaum, P. (2003). Health-related quality of life in children with epilepsy: Development and validation of self-report and parent proxy measures, *Epilepsia*, 44(4), 598-612.

Rusticus, S. A., Hubley, A. M. ve Zumbo, B. D. (2008). Measurement Invariance Of The Appearance Schemas Inventory–Revised And The Body Image Quality Of Life Inventory Across Age And Gender, *Assessment*, 15 (1), 60-71.

Ryan, R. M., ve Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being, *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.

Sabatier, C., Mayer, B., Friedlmeier M., Lubiewska K. ve Trommsdorff G. (2011). Religiosity, Family Orientation, And Life Satisfaction Of Adolescents In Four Countries. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 42 (8), 1375-1393.

Saguy, A. C. ve Gruys, K. (2010). Morality And Health: News Media Constructions Of Overweight And Eating Disorders. *Social Problems*, 57 (2), 231-250.

Sanderson, S., Lupinski, K., ve Moch, P. (2013). Is Big Really Beautiful? Understanding Body Image Perceptions Of African American Females. *Journal of Black Studies*, 44 (5), 496-507.

Sarlio-Lähteenkorva, S. (2001). Weight Loss And Quality Of Life Among Obese People. *Social Indicators Research*, 54 (3), 329-354.

Sapancalı F. (2009). *Toplumsal Açıdan Yaşam Kalitesi*, Altın Nokta Basım Yayın, İzmir.

Schalock R. L. (2000). Three Decades of Quality of Life, M. L. Wehmeyer and J. R. Patton (Eds.), *From Mental Retardation in the 21st Century*, (s. 116-127) Austin.

Schatzman, L. ve Strauss A. L. (1973). *Field Research: Strategies for a Natural Sociology*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Schuessler, K. F. ve Fisher G. A. (1985). Quality of Life Research And Sociology. *Annual Review of Sociology*, 11, 129-149.

Scopelliti, M. ve Musatti, T. (2013). Parents' View Of Child Care Quality: Values, Evaluations, And Satisfaction. *Journal of Child and Family Studies*, 1025-1038.

Sebal, H. (1968). *Adolescence a Sociological Analysis*. New York: Appleton-Century-Crofts.

Sercombe, H. (2010). *Youth Work Ethics*. SAGE Publications Ltd.

Sherifali, D. ve Pinelli, J. (2007). Parent As Proxy Reporting Implications And Recommendations For Quality Of Life Research. *Journal of Family Nursing*, 13(1), 83-98.

Simon, S., Zach Sima, Oglesby, Carole, Bar-Eli M. (2011). Role Perceptions Of Senior Politicians' Wives In Israel. *Journal of Sociology*, 48(2), 187–205.

Silverman, D., (2011). *Interpreting Qualitative Data: A Guide to the Principles of Qualitative Research*. London: Sage.

Sirgy, M. J. (1986). A Quality-Of-Life Theory Derived from Maslow's Developmental Perspective: 'Quality' Is Related To Progressive Satisfaction Of A Hierarchy Of Needs, Lower Order And Higher. *American Journal of Economics and Sociology*, 45 (3), 329-342.

Sirgy, M. J. (1986). A Quality-Of-Life Theory Derived From Maslow's Developmental Perspective: 'Quality' Is Related To Progressive Satisfaction Of A Hierarchy Of Needs, Lower Order And Higher. *American Journal of Economics and Sociology*, 45 (3), 329-342.

Sirgy, M. J. (2001). Handbook of Quality of Life Research an Ethical Marketing Perspective. *Social Indicators Research Series, Volume 8*, Netherlands: Kluwer Academic Publishers.

Sirgy M. J., Michalos A. C., Ferriss A. L., Easterlin R. A., Patrick D. ve Pavot W. (2006), The Quality-of-Life (QOL) Research Movement: Past, Present, and Future, *Social Indicators Research*, 76 (3), 343-466.

Sirgy, J. (2012). *The Psychology of Quality of Life Hedonic Well-Being, Life Satisfaction, and Eudaimonia*, Springer.

Smith, M. J. (2008). *Fit for Consumption: Sociology and the Business of Fitness*, USA and Canada: Routledge.

Smith Bird, E. ve Turnbull, A. P. (2005), Linking Positive Behavior Support To Family Quality-Of-Life Outcomes. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 7 (3), 174-180.

Spitzack, C. (1990). *Confessing Excess: Women and The Politics of Body Reduction*. Albany: State University of New York Press, USA.

Stearns, Peter N. (1997). *Fat History: Bodies and Beauty in the Modern West*. New York and London: New York University Press.

Strauss, R. S. ve Pollack, H. A. (2001). Epidemic Increase In Childhood Overweight, 1986- 1998. *Journal of the American Medical Association*, 286, 2845-2848.

Suldo, S. M. ve Huebner, E. S. (2006). Is Extremely High Life Satisfaction During Adolescence Advantageous?. *Social Indicators Research*, 78 (2),179-203.

Suldo, S. M., ve Huebner, E. S. (2004). The Role Of Life Satisfaction In The Relationship Between Authoritative Parenting Dimensions And Adolescent Problem Behavior. *Social Indicators Research*, 66, 165–195.

Suldo, S. M., Shaffer, E. J. ve Riley, K. N. (2008). A Social-Cognitive-Behavioral Model Of Academic Predictors Of Adolescents' Life Satisfaction. *School Psychology Quarterly*, 23(1), 56-69.

Şensoy B. (2013). *Medyada Beden İmajı: Bazı Televizyon Programlarından Örnekler* Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Afyon.

Taşdemir Afşar, S. (2011). *Çalışma Yaşam Kalitesinin Örgütsel Bağlılığa Etkisi: Devlet ve Vakıf Üniversitelerinde Çalışan Akademisyenler Üzerine Niceliksel Bir Araştırma*. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Tatlıl, E. (2009). Kent ve Kentli Kimliği; İzmir Örneği, *Ege Akademik Bakış*, 9(1), 319-336.

Tekeli, İ. (2010). *Gündelik Yaşam, Yaşam Kalitesi ve Yerellik Yazıları*. İstanbul: Tarih Vakfı Yurt Yayınları.

Tellis, G. J. ve Johnson, J. (2007). The Value of Quality. *Marketing Science*, 26 (6), 758-773.

The WHOQOL Group (1995). The World Health Organization Quality of Life assessment (WHOQOL): position paper from the World Health Organization. *Soc. Sci. Med.*, 41, 1403.

Thiede, C. K., Altan Riedel, A., Hein, K., Mcloyd, V., Peterson, A., ve Kipke, M. (2002). Adolescent Health And Well-Being In The Twenty First Century: A Global Perspective. *Journal of Research on Adolescence*, 12(1), 69-98.

Thompson, J.K. (1996). Body Image, Eating Disorders and Obesity: An Emerging Synthesis. J. K. Thompson, (Ed.). *Body Image, Eating Disorders, and Obesity: An Integrative Guide for Assessment and Treatment*, (s. 1–20), Washington, DC: American Psychological Association.

Tonon G. (2002). *Young People's Quality of Life and Construction of Citizenship*, Springer, Netherlands.

Tolstoy, L. N. (2017). *Anna Karenina*, (A. Hacıhasanoğlu, Çev.) İstanbul: İş Bankası Yayınları.

Turner, B. S. (2004). *Regulating Bodies Essays in Medical Sociology*. London: Routledge.

TÜBA. (2003). Yaşam Kalitesi Göstergeleri: Türkiye İçin Bir Veri Sistemi Önerisi, İ. Tekeli, (Ed.). Ankara.

Ulusoy D., Baran, A. G. ve Özcan, N. D. (2003). A Sociological Analysis On Eating Disorders Among Anorexia And Bulimia Nevrosa Patients And Primary School And University Students As Risk Groups İn Turkey I: Gender, *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 20, 41-60.

Ulusoy, D. (2012). Sosyalleşme. N. Güngör Ergen, B. Şahin, R. Coştur, (Ed.), *Davranış Bilimleri*, (s. 366-376), Ankara: Siyasal Kitabevi Yayınları.

Vandewater, E. A. ve Lansford, J. E. (1998); Influences Of Family Structure And Parental Conflict On Children's Well-Being. *Family Relations*, 47 (4), 323-330.

Vandereycken, W. (1987). The Constructive Family Approach To Eating Disorders: Critical Remarks On The Use Of Family Therapy In Anorexia Nervosa And Bulimia. *International Journal of Eating Disorders*, 6 (4), 455-467.

Veenhoven, R. (1988). The Utility of Happiness, *Social Indicators Research*, 20 (4), 333- 354.

Veenhoven, R. (1996). *The Study of Life Satisfaction*. W. E. Saris, R. Veenhoven, A. C.

Veenhoven, R. (2000). The Four Qualities Of Life: Ordering Concepts And Measures Of The Good Life. *Journal Of Happiness Studies*, 1-39.

Veenhoven, R. (2002). Why Social Policy Needs Subjective Indicators. *Social Indicators Research*, 58, 33-45.

Veenhoven, R. (2012). Cross-national Differences In Happiness: Cultural Measurement Bias Or Effect Of Culture? *International Journal of Wellbeing*, 2(4), 333-353.

Walton, E. ve Takeuchi, D. T. (2010). Family Structure, Family Processes, And Well-Being Among Asian Americans: Considering Gender and Nativity. *Journal of Family Issues*, 31 (3), 301-332.

Wan Choi, K., Jaccard, J. ve Ramey, S. L. (1996). The Relationship Between Social Support and Life Satisfaction as A Function Of Family Structure. *Journal of Marriage and Family*, 58 (2), 502-513.

Wang, H., Bell, J. F., Edwards Todd, C. ve Donald, L. P. (2013). Weight Status, Quality of Life, And Cigarette Smoking Among Adolescents In Washington State. *Quality of Life Research*, 22, 1577–1587.

Wallece, A. R. ve Wolf A. (2004). *Çağdaş Sosyoloji Kuramları Klasik Geleneğin Geliştirilmesi*. İzmir: Punto Yayıncılık.

Wan, C. K., Jaccard, J. ve Ramey Sharon, L. (1996). The Relationship Between Social Support And Life Satisfaction As A Function Of Family Structure. *Journal of Marriage and Family*, 58 (2), 502-513.

Wang, M. ve Brown, R. (2009). Family Quality Of Life: A Framework For Policy And Social Services Provisions To Support Families Of Children With Disabilities. *Journal of Family Social Work*, 12, 144-167.

Waskul D., ve Vannini P. (2016). Introduction: The Body in Symbolic Interaction. Waskul D., ve Vannini P. (Ed.). *Body/Embodiment: Symbolic Interaction and the Sociology of the Body*, London and New York: Routledge.

Wolf, A. ve Wallace, R. A. (2012). *Çağdaş Sosyoloji Kuramları* (L. Elbruz ve M. Rami Ayas Çev.). İstanbul: Doğu Batı.

Wozniak, G., Rekleiti, M. ve Roup, Z. (2012). Contribution Of Social And Family Factors In Anorexia Nervosa. *Health Science Journal*, 6(2), 257- 269.

Xu, Q. ve Jean, Y. W. (2013). Hoping for a Phoenix: Shanghai Fathers And Their Daughters. *Journal of Family Issues*, 34 (2) 184– 209.

Yetim, Ü. (2001). *Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri*. İstanbul: Bağlam Yayıncılık.

Yüçetürk, E. E. (2005). Türkiye’de İş Yaşam Kalitesini ve Verimliliği Azaltan Gizli Bir Sendrom: Yıldırma(Mobbing). *İktisat, İşletme ve Finans*, 20 (231), 97-108.

Yücel Doğan, S. (2010). Tüketim Kültüründe Kadın Bedeninin İdealize Edilmesine Yönelik Kadın Algılamaları ve Tüketim Davranışlarıyla İlişkisi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 23, 51-59.

Zuna, N. I., Turnbull, A., ve Summers, J. A. (2009). Family Quality of Life: Moving From Measurement to Application. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, 6 (1), 25–31.

Zuna, N., Summers, J. A., Turnbull, A. P., Hu, X. Ve Xu, S. (2010). Theorizing About Family Quality Of Life. Kober, R. (Ed.), *Enhancing the Quality of Life of People with Intellectual Disability: From Theory to Practice* (s. 241– 278). Dordrecht, Netherlands: Springer.

<http://asq.org/learn-about-quality/quality-assurance-quality-control/overview/overview.html> erişim tarihi 8 Haziran 2017

<http://www.unesco.org/new/en/social-and-human-sciences/themes/youth/>,
erişim tarihi 10 Aralık 2017

Unicef (2015), Türkiye'de Çocukların Gözünden Çocuğun İyi Olma Hali Alanlarının ve Göstergelerinin Tanımlanması ve Değerlendirilmesi

Unicef. (2016). Family and Parenting Support: Policy and provision in a global context., https://www.unicef-irc.org/publications/pdf/01%20family_support_layout_web.pdf erişim tarihi 30.10.2017

Unicef (2016). The State of the World's Children A Fair Chance for Every Child. https://www.unicef.org/publications/files/UNICEF_SOWC_2016.pdf erişim tarihi 26.11.2017

Who (2015). The World Health Report Make every mother and child count. <http://www.who.int/whr/2005/en/> , erişim tarihi 13.08.2017

Who; The world health report 1998 - Life in the 21st century: A vision for all.

Undp (2008). İnsani Gelişme Raporu.

<http://www.tr.undp.org/content/turkey/tr/home/library/national-hdrs/2008-nhdr.html> erişim tarihi 25.10.2017

Undp (2016). İnsani Gelişme Raporu.
http://www.tr.undp.org/content/turkey/tr/home/library/human_development/human-development-report-20161.html erişim tarihi 25 10.2017



EK1: ETİK KOMİSYON ONAYI



T.C.
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
Rektörlük

Sayı : 35853172/

431 - 2496

17.07.2017

EDEBİYAT FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

Fakülteniz Sosyoloji Bölümü öğretim üyesi Prof. Dr. Esra Burcu SAĞLAM sorumluluğunda Arş. Gör. Çiğdem Sema SİRMA tarafından yürütülen "Gençlerin Zayıflama Davranışlarının Aile Yaşam Kalitesi Açısından İncelenmesi" başlıklı tez çalışması, Üniversitemiz Senatosu Etik Komisyonunun 11 Temmuz 2017 tarihinde yapmış olduğu toplantıda incelenmiş olup, etik açıdan uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Prof. Dr. Rahime M. NOHUTCU
Rektör a.
Rektör Yardımcısı

EK2A: ORJİNALLİK RAPORU

 HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ YÜKSEK LİSANS/DOKTORA TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU										
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ Sosyoloji ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞI'NA										
Tarih: 19/03/2018										
Tez Başlığı/Konusu: Gençlerde Zayıflama Davranışının Aile Yaşam Memnuniyeti Açısından İncelenmesi Yukarıda başlığı gösterilen tez çalışmamın a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam 151 sayfalık kısmına ilişkin, 19/03/2018 tarihinde tez danışmanım tarafından Turnitin adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı % 1'dir. Uygulanan filtrelemeler: 1- Kabul/Onay ve Bildirim sayfaları hariç, 2- Kaynakça hariç 3- Alıntılar hariç/ ~~dağıtık~~ 4- 5 kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esasları'nı inceledim ve bu Uygulama Esasları'nda belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim. 19.03.2018 Gereğini saygılarımla arz ederim.  Tarih ve İmza <table style="width: 100%; margin-top: 10px;"> <tr> <td style="width: 30%;">Adı Soyadı:</td> <td>Çiğdem Sema SİRMA</td> </tr> <tr> <td>Öğrenci No:</td> <td>N10249488</td> </tr> <tr> <td>Anabilim Dalı:</td> <td>Sosyoloji</td> </tr> <tr> <td>Programı:</td> <td>Sosyoloji</td> </tr> <tr> <td>Statüsü:</td> <td> ☐ Y.Lisans ☒ Doktora ☐ Bütünleşik Dr. </td> </tr> </table>	Adı Soyadı:	Çiğdem Sema SİRMA	Öğrenci No:	N10249488	Anabilim Dalı:	Sosyoloji	Programı:	Sosyoloji	Statüsü:	☐ Y.Lisans ☒ Doktora ☐ Bütünleşik Dr.
Adı Soyadı:	Çiğdem Sema SİRMA									
Öğrenci No:	N10249488									
Anabilim Dalı:	Sosyoloji									
Programı:	Sosyoloji									
Statüsü:	☐ Y.Lisans ☒ Doktora ☐ Bütünleşik Dr.									
DANIŞMAN ONAYI UYGUNDUR.  Prof. Dr. Esra BURCU SAĞLAM (Unvan, Ad Soyad, İmza)										

EK2B: ORİJİNALLIK RAPORU (İNGİLİZCE)

 HACETTEPE UNIVERSITY GRADUATE SCHOOL OF SOCIAL SCIENCES THESIS/DISSERTATION ORIGINALITY REPORT										
HACETTEPE UNIVERSITY GRADUATE SCHOOL OF SOCIAL SCIENCES TO THE DEPARTMENT OF Sociology Date: 19/03/2018 Thesis Title /Topic: A Research on Weight Loss Behavior among Young People in terms of Family Life Satisfaction According to the originality report obtained by my thesis advisor by using the Turnitin plagiarism detection software and by applying the filtering options stated below on 19/03/2018 for the total of 151 pages including the a) Title Page, b) Introduction, c) Main Chapters, and d) Conclusion sections of my thesis entitled as above, the similarity index of my thesis is 1 %. Filtering options applied: 1. Approval and Declaration sections excluded 2. Bibliography/Works Cited excluded 3. Quotes excluded 4. Match size up to 5 words excluded I declare that I have carefully read Hacettepe University Graduate School of Social Sciences Guidelines for Obtaining and Using Thesis Originality Reports; that according to the maximum similarity index values specified in the Guidelines, my thesis does not include any form of plagiarism; that in any future detection of possible infringement of the regulations I accept all legal responsibility; and that all the information I have provided is correct to the best of my knowledge. I respectfully submit this for approval. 19-03-2018  Date and Signature <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 30%;">Name Surname:</td> <td>Cigdem Sema SİRMA</td> </tr> <tr> <td>Student No:</td> <td>N10249488</td> </tr> <tr> <td>Department:</td> <td>Sociology</td> </tr> <tr> <td>Program:</td> <td>Sociology</td> </tr> <tr> <td>Status:</td> <td> ☐ Masters ☒ Ph.D. ☐ Integrated Ph.D. </td> </tr> </table>	Name Surname:	Cigdem Sema SİRMA	Student No:	N10249488	Department:	Sociology	Program:	Sociology	Status:	☐ Masters ☒ Ph.D. ☐ Integrated Ph.D.
Name Surname:	Cigdem Sema SİRMA									
Student No:	N10249488									
Department:	Sociology									
Program:	Sociology									
Status:	☐ Masters ☒ Ph.D. ☐ Integrated Ph.D.									
ADVISOR APPROVAL APPROVED:  Prof. Dr. Esra BURCU SAGLAM _____ (Title, Name Surname, Signature)										

EK3 GÖRÜŞME FORMU

Görüşme Tarihi:

Görüşme Saati:

Gençlerde Zayıflama Davranışının Aile Yaşam Memnuniyeti Açısından İncelenmesi

Bu araştırmada ailenin gencin yaşamında önemli bir sosyal grup olduğundan yola çıkılarak, gencin zayıflama davranışları sergilemesinde aile yaşam memnuniyetinin belirleyici rolü gençlerin kendi ifadelerinden anlaşılacak istenmektedir. Ayrıca araştırmada zayıflama davranışları sosyolojik yönüyle ele alınmıştır. Araştırmada zayıflama davranışı olan gençlerin anlatılarından hareketle gençleri zayıflama davranışına iten aile yaşam memnuniyetinin öznel boyutlarına (aile bütünlüğü, aile içi ilişkiler-ebeveynler arası ilişkiler, ebeveyn-genç ilişkisi, kardeşler arası ilişkiler- aile içi görev ve sorumluluklar, ebeveynlerin gence yönelik ilgisi, karar alma sürecine katılım, kendini güvende hissetme) odaklanılmaktadır.

Görüşmelerde katılımcı olarak onayınızla ses kayıt cihazı kullanılacaktır. Aynı zamanda görüşmeyi istediğiniz zaman sonlandırabilirsiniz. Görüşmeyi sonlandırdığınız takdirde bilgileriniz araştırma için kullanılmayacak, başka kişi ve/veya kurumlarla da paylaşılmayacaktır.

A. Katılımcı Profili (Sosyo-Demografik Özellikler)

1.Kendinizi kısaca tanıtır mısınız?

B. Katılımcının Ailesinin Sosyo-Demografik Özellikleri

2. Ailenizi kısaca tanıtır mısınız?

C. Zayıflama Davranışının Nedenlerine İlişkin Sorular

3. Zayıflama davranışınızın nedenleri sizce neler?

4. Sizin için zayıf olmak/ zayıflamak ne anlama geliyor?

5.Ne kadar süredir zayıflamaya çalışıyorsunuz?

6. Zayıflamak için neler yapıyorsunuz?

Diyet uyguladıysa sorulacak

7. Şu ana kadar kaç diyet uyguladınız?

8. Ailenizin kilo vermenize ilişkin önerileri oldu mu?

9. Toplam kaç kilo verdiniz?

D. Gencin Aile İçi İlişkilerine Dair Sorular

10. Genel olarak aile içi ilişkilerinizi nasıl tanımlarsınız?

11. Ebeveynleriniz evliliklerini devam ettiriyorlar mı? Boşanma veya ayrı yaşama durumu varsa ne kadar süredir ayrılır?

12. Anne veya babanın vefat nedeniyle kaybı söz konusu mu?

Kardeşleri varsa sorulacak

13. Kardeşlerinizle ilişkiniz nasıl?

14. Ev içinde uymanız gereken kurallar var mı?

15. Ebeveynleriniz sizin için özel olan günlerde (veli toplantısı, doğum günleri gibi) ebeveynleriniz yanınızda oluyorlar mı?

16. Gelecek planlarınızla ilgili olarak ebeveynlerinizle konuşuyor musunuz?

17. Ailenizle nasıl zaman geçiriyorsunuz? Örneğin hafta sonları ailenizle neler yapıyorsunuz?

E. Gençlerin Zayıflama Davranışlarının Gencin Sosyal Yaşamında Yarattığı Sonuçlara İlişkin Sorular

18. Zayıfladıktan sonra yaşamınızda neler değişti?

19. Zayıfladıktan sonra aile yaşamınızda nasıl değişiklikler yaşandı?

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Çiğdem Sema SİRMA

Doğum Yeri ve Tarihi : Ankara, 1983

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi : Hacettepe Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Sosyoloji Bölümü, 2006

Yüksek Lisans Öğrenimi : Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Programı, 2011

: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Anabilim Dalı, Doktora Programı, 2018

Bildiği Yabancı Diller : İngilizce

Bilimsel Faaliyetleri : Burcu, E. ve Ç. S. Sırma, *Erken Evlilikte Sosyo-Ekonomik Faktörlerin Önemi*, (içinde) Evlilik Çocuk Oyunu Değil: Çocuk Evlilikler, B. E. Çolakoğlu (Ed.), Anka Kadın Yayınları, Ankara, ss:45-71, 2015

Burcu, E. vd., *Çiçeklerin Kaderi: Türkiye’de Kadınların Erken Evliliği Üzerine Nitel Bir Araştırma*, BİLİG Türk Dünyası Sosyal Bilimler Dergisi (Journal of Social Sciences of the Turkish World), sayı:73, ss: 63-78, Bahar-Spring, Türkiye, 2015

Taş L., Ç.S. Sırma ve E. Burcu, *Sosyomekansal Ayrışmanın Bireyler Üzerinden İnşası*, Poster Bildiri, Kentsel Dönüşümün Sosyal Boyutu Sempozyumu Bildiri Kitabı, 12 Mayıs 2014, İstanbul, ss.154-159, 2015

Burcu E., Taş L. ve Ç.S. Sırma, *İstatistiki Bölge Birimleri Sınıflamasına (ÇBBS Düzey 1) Bağlı Olarak Türkiye’de Gençlerin Sosyodemografik Profili*, Gençlik Araştırmaları Dergisi, yıl:2, cilt 2, sayı 3, ss.56-77, 2014

Sırma, Ç. S., *Gençlerin Yeme Bozukluğu Davranışlarının Nedenlerine Sosyolojik Bakış*, Uluslararası Gençlerde Demokrasi ve İletişim Sempozyumu, 2 Haziran, Gençlik Stratejileri Araştırma Kurumu Derneği, Barcelo Hotel, Ankara, 2014

Burcu, E., C. S. Sırma, *Social Loneliness Due to Cultural Description of Individuals with Disabilities: The Case of Turkey*, Eighth International Conference on Interdisciplinary Social Sciences, July 30th – August 1st, Charles University Prague, Czech Republic, 2013 (özeti yayınlanmış uluslararası bildiri bildiri)

Sırma, Ç. S *The Role of Cinema in Othering of Disabled People*, Poster Presentations, 19th International Symposium of Adapted Physical Activity, July 19th – 23rd, Istanbul, Turkey, 2013 (özeti yayınlanmış uluslararası bildiri)

Sırma, Ç. S., *Görsel Analiz Tekniğinden Yararlanarak Bir Sinema Filmini Okumak: Engelli Bireylere İlişkin Kültürel Tanımlamalar*, II. Türkiye Lisansüstü Çalışmalar Kongresi, 6-8 Mayıs, Bursa, 2013 (tam metni yayınlanmış ulusal bildiri)

Polat, Ç. S., *Başka Dilde Aşk Filmi Örneğinden Hareketle Kültürel Tanımlamalara Bağlı Olarak Engelli Bireylerin Ekonomik Sermayeleri*, Dünya Evliya Çelebi Yılında II. Uluslararası Ahmet Yesevi'den Günümüze İnsanlığa Yöne Veren Türk Büyükleri Sempozyumu Bildiri Kitabı, 6-8 Eylül, Köstence/ Romanya, ss.219-223, 2011 (tam metni yayınlanmış uluslararası bildiri)

Burcu, E., S. Taşdemir- Afşar ve Ç. S. Polat, *Edebiyat Fakültesindeki Engelli Öğrencilere Yönelik Hizmetler*, Proje Poster Sunumu, Hacettepe Üniversitesi Ar-Ge Proje Pazarı, Hacettepe Üniversitesi Sıhhiye Yerleşkesi Kültür Merkezi M Salonu, 10-11 Mayıs, Ankara, 2010

Polat, Ç. S., *Engelliliğin Türk Atasözü ve Deyimlere Yansımasının Sosyolojik Analizi*, Uluslararası Türkiye- Mısır İlişkileri Sempozyumu ve Güzel Sanatlar Sergisi, 2-7 Kasım, Kahire/ Mısır, 2009 (tam metni yayınlanmış uluslararası bildiri)

İş Deneyimi

Stajlar : *Dünya Bankası Destekli Sosyal Riski Azaltma Projesi*, Başbakanlık Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Genel Müdürlüğü, Yerel Girişimler Birimi, 2006

Projeler : *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi'nde Öğrenim Gören Engelli Öğrenciler İçin Fiziksel Yapılanma Projesi*, Hacettepe Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Birimi (Proje Yürütücüsü:Prof. Dr. Esra BURCU), Proje Asistanı, 2011

Çalıştığı Kurumlar : 2009-2018, Hacettepe Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Sosyoloji Bölümü, Beytepe, Ankara

2014-2015, California State University, Sacramento, Department of Sociology, Sacramento, California

İletişim

E-Posta Adresi : csemapolat@gmail.com

Tarih : 19.01.2018

